

Analisis Kebutuhan Pengembangan Modul Psikoedukasi Kesehatan Mental sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling Siswa SMP di Surakarta

Author:

Tika Mustikawati¹

Sunardi²

Eka Budhi Santosa³

Afiliation:

Universitas Sebelas

Maret^{1,2,3}

Corresponding email

tikamustika.2017@student.uny.ac.id

Histori Naskah:

Submit: 2026-06-20

Accepted: 2026-07-08

Published: 2026-08-07



This is an Creative Commons License
This work is licensed under a Creative
Commons Attribution-
NonCommercial 4.0 International
License

Abstrak:

Permasalahan kesehatan mental pada remaja terus meningkat, namun belum diimbangi dengan tingkat literasi kesehatan mental yang memadai. Kondisi ini diperkuat oleh terbatasnya layanan edukasi kesehatan mental dan minimnya ketersediaan media pembelajaran yang mendukung peningkatan pemahaman peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis kebutuhan (*need analysis*) pengembangan modul psikoedukasi kesehatan mental sebagai media layanan Bimbingan dan Konseling bagi peserta didik SMP. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan desain *needs assessment*. Partisipan terdiri atas 31 peserta didik kelas VII dan satu guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 20 Surakarta. Instrumen observasi, kuesioner, dan wawancara mendalam diaplikasikan sebagai sarana pengumpulan data, yang kemudian dianalisis menggunakan kerangka kerja Miles, Huberman, dan Saldaña melingkupi tiga langkah utama: kondensasi/reduksi data, pemaparan hasil, dan verifikasi akhir. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, pengembangan Modul Psikoedukasi Kesehatan Mental merupakan kebutuhan prioritas karena belum tersedia media psikoedukasi yang mendukung pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik sesuai karakteristik dan kebutuhan peserta didik. Hasil penelitian menegaskan bahwa pengembangan modul psikoedukasi berbasis kebutuhan peserta didik merupakan langkah strategis untuk mendukung layanan Bimbingan dan Konseling sekaligus meningkatkan literasi kesehatan mental.

Kata kunci: Analisis Kebutuhan; Literasi Kesehatan Mental; Modul Psikoedukasi.

Pendahuluan

Kesehatan mental saat ini menjadi salah satu fokus utama dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Salah satu bentuk komitmen pemerintah dalam mendukung kesehatan mental masyarakat diwujudkan melalui Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa. Undang-undang ini menegaskan bahwa setiap individu berhak memperoleh kehidupan yang sehat secara mental, terbebas dari rasa takut, tekanan psikologis, maupun berbagai kondisi yang dapat mengganggu kesejahteraan mental. Meskipun pemerintah telah mengembangkan berbagai kebijakan di bidang kesehatan jiwa, permasalahan kesehatan mental masih menjadi tantangan di Indonesia, terutama pada kelompok remaja dan dewasa muda. Berdasarkan data riset *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) pada tahun 2022, tercatat ada kisaran 34,9% kelompok usia remaja yang menghadapi gangguan terkait kondisi kesehatan mental, sedangkan 5,5% di antaranya teridentifikasi mengalami gangguan mental yang memenuhi kriteria diagnosis berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5). Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa problem kesehatan mental telah melanda kurang lebih 15,5 juta remaja. Dari jumlah total tersebut, diperkirakan sebesar 2,45 juta di antaranya didiagnosis mengidap gangguan klinis,

yang meliputi *Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder* (ADHD), *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD), depresi mayor, gangguan perilaku, serta kecemasan (Gloriabarus, 2022). Temuan ini diperkuat oleh data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 yang menyatakan prevalensi gangguan mental emosional pada individu dengan usia 15 tahun ke atas mencapai 9,8% (Kemenkes, 2024).

Meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental pada remaja belum diiringi dengan peningkatan literasi kesehatan mental yang memadai. Dalam konteks tersebut, sekolah memiliki peran penting sebagai sarana edukasi dan pencegahan masalah kesehatan mental pada remaja. Namun, berdasarkan hasil observasi awal melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 20 Surakarta menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental peserta didik masih menjadi permasalahan yang memerlukan perhatian. Kondisi tersebut ditunjukkan oleh belum tersedianya program maupun media pembelajaran yang secara khusus memfasilitasi edukasi kesehatan mental, sehingga pemahaman peserta didik mengenai cara mengenali, mengelola, dan mencari bantuan ketika mengalami permasalahan psikologis masih terbatas. Guru BK juga mengungkapkan bahwa sebagian besar peserta didik cenderung memendam permasalahan yang dialami sehingga kondisi psikologis mereka sulit teridentifikasi secara dini. Kerentanan tersebut semakin meningkat pada peserta didik kelas VII yang sedang menjalani masa transisi ke jenjang SMP dan harus beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru. Selain itu, sebagian besar peserta didik berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah, sekitar 50% berasal dari keluarga *broken home*, serta beberapa masih mengalami dampak psikologis akibat perundungan yang berlanjut sejak sekolah dasar. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pengembangan media psikoedukasi sebagai upaya meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik agar mampu mengenali kondisi psikologis, mengelola emosi, dan mencari bantuan.

Psikoedukasi merupakan salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental pada remaja. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi kesehatan mental berkontribusi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik. Penelitian Rahmawati (2025) membuktikan bahwa pelaksanaan psikoedukasi dapat meningkatkan pemahaman peserta didik mengenai kesehatan mental, pengelolaan emosi, dan hubungan interpersonal yang sehat. Namun, penelitian tersebut belum mengidentifikasi kebutuhan peserta didik dan guru BK terhadap materi maupun karakteristik media yang diperlukan dalam layanan Bimbingan dan Konseling. Padahal, analisis kebutuhan merupakan tahapan penting untuk memastikan modul yang dikembangkan relevan dengan kondisi sekolah dan kebutuhan pengguna. Oleh karena itu, kajian mengenai analisis kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi kesehatan mental masih diperlukan sebagai dasar penyusunan media layanan BK yang lebih sistematis dan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diidentifikasi bahwa penelitian sebelumnya telah membuktikan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik. Namun, penelitian tersebut masih berfokus pada pelaksanaan intervensi dan belum mengkaji kebutuhan nyata peserta didik maupun guru Bimbingan dan Konseling sebagai dasar pengembangan media layanan. Akibatnya, belum tersedia informasi mengenai kebutuhan materi, karakteristik modul, bentuk penyajian, serta komponen media yang sesuai dengan kondisi sekolah dan karakteristik peserta didik SMP. Padahal, analisis kebutuhan merupakan tahapan penting dalam pengembangan media pembelajaran agar produk yang dihasilkan relevan, tepat sasaran, dan dapat diimplementasikan secara optimal dalam layanan Bimbingan dan Konseling. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk mengisi kesenjangan tersebut melalui analisis kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi kesehatan mental sebagai media layanan Bimbingan dan Konseling bagi siswa SMP di Surakarta.

Studi Literatur

Literasi kesehatan mental, sebagaimana pertama kali dikemukakan oleh Jorm (2000), merupakan konstruksi yang mencakup pengetahuan dan keyakinan terkait gangguan mental yang memungkinkan seseorang untuk mengenali, mengelola, dan mencegah terjadinya gangguan tersebut. Definisi ini kemudian diperkuat oleh Brooks et al. (2019) yang menjelaskan bahwa literasi kesehatan mental mencakup pemahaman dan keyakinan terkait kesehatan mental yang dapat membantu individu dalam mengidentifikasi gangguan mental, memahami penanganannya, serta melakukan upaya pencegahan. Seiring perkembangan kajian kesehatan mental, konsep literasi kesehatan mental mengalami perluasan makna. Kutcher et al. (2016) mengemukakan bahwa literasi kesehatan mental tidak hanya berfokus pada pengenalan gangguan mental, tetapi juga mencakup empat komponen utama yang saling berkaitan, yaitu kemampuan memahami cara memperoleh dan mempertahankan kesehatan mental, kemampuan mengenali gangguan mental beserta penanganannya, kemampuan mengurangi stigma terhadap masalah kesehatan mental, serta kemampuan mencari bantuan.

Meskipun demikian, Bjørnsen et al. (2017) menilai bahwa konsep literasi kesehatan mental yang berkembang selama ini masih lebih banyak menekankan aspek gangguan mental dibandingkan aspek kesehatan mental positif. Pandangan ini sejalan dengan Carvalho et al. (2022) yang menyatakan bahwa pengembangan konsep literasi kesehatan mental positif pada remaja masih relatif terbatas, padahal aspek tersebut merupakan komponen penting dalam upaya membangun kesejahteraan psikologis secara berkelanjutan. Berdasarkan pemikiran tersebut, Bjørnsen et al. (2017) dan Carvalho et al. (2022) mengembangkan konsep literasi kesehatan mental positif yang berfokus pada pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan individu dalam mempromosikan serta menjaga kesehatan mentalnya. Dari beberapa konsep literasi kesehatan mental tersebut, dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental merupakan kemampuan individu untuk memahami, mengenali, mengelola, dan mencegah masalah kesehatan mental, sekaligus menjaga serta meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dimiliki. Perspektif ini menempatkan kesehatan mental tidak hanya dalam konteks gangguan yang perlu dikenali dan ditangani, tetapi juga sebagai kondisi positif yang perlu dibangun melalui edukasi, pengembangan keterampilan psikologis, serta langkah-langkah preventif.

Modul merupakan bahan ajar yang disusun untuk mendukung peserta didik belajar secara mandiri dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Goldschmid (1972) mendefinisikan modul sebagai paket pembelajaran mandiri yang memuat serangkaian kegiatan belajar yang dirancang secara terstruktur untuk membantu peserta didik mencapai tujuan pembelajaran. Sejalan dengan pendapat Smaldino, Lowther, dan Russell (2011) menjelaskan bahwa modul merupakan unit pembelajaran yang lengkap sehingga dapat digunakan secara mandiri tanpa ketergantungan pada kehadiran guru atau dosen. Adapun pendapat menurut Hamdani (2011) modul memuat komponen pembelajaran yang lengkap, meliputi materi, petunjuk kegiatan belajar, latihan, dan evaluasi yang dirancang untuk mengukur tingkat penguasaan peserta didik terhadap materi yang dipelajari. Sementara itu, Prastowo (2012) menyatakan bahwa modul disusun menggunakan bahasa yang mudah dipahami, dan disesuaikan dengan karakteristik peserta didik sehingga dapat mempermudah proses belajar. Selain memiliki isi yang terstruktur, modul juga memungkinkan peserta didik belajar sesuai dengan kecepatan masing-masing, menyajikan pembelajaran secara terpadu, serta telah melalui proses validasi sebelum digunakan dalam pembelajaran (Smaldino et al., 2011). Stolovitch (1978) menambahkan bahwa sistem pembelajaran berbasis modul memberikan keleluasaan kepada peserta didik dalam memanfaatkan berbagai kegiatan dan media pembelajaran sesuai kebutuhan. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa modul merupakan bahan ajar yang sistematis,

terstruktur, dan dirancang untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran sekaligus mengembangkan kemandirian belajar peserta didik.

Stuart G.W, (2021) mendefinisikan psikoedukasi sebagai program perawatan kesehatan jiwa dengan cara pemberian informasi dan edukasi melalui komunikasi terapeutik. Griffith juga menjelaskan psikoedukasi merupakan intervensi yang berfokus pada mendidik mengenai tantangan terkait kehidupan, mengembangkan sumber pendukung dan mengembangkan keterampilan koping menghadapi tantangan (Walsh, 2009). Adapun pendapat yang diungkapkan oleh Bhattacharjee et al., (2011) yang menyatakan bahwa psikoedukasi adalah metode edukatif yang ditujukan untuk memberikan informasi dan pelatihan yang diperlukan keluarga dengan bekerjasama dengan tenaga kesehatan sebagai bagian dari keseluruhan rencana perawatan klinis untuk kesehatan anggota keluarga. Psikoedukasi merupakan kegiatan untuk meningkatkan pemahaman guna mencegah suatu kondisi atau gangguan psikologis di suatu kelompok atau komunitas (Aji et al., 2022). Psikoedukasi juga dapat diartikan sebagai suatu proses intervensi untuk meningkatkan pengetahuan individu maupun kelompok mengenai kondisi psikologis tertentu serta cara penanganannya, dengan mengintegrasikan aspek emosional dan motivasional dalam penyampaian. Pendekatan ini memungkinkan individu untuk mengatasi gangguan atau tekanan psikologis yang dihadapi, serta meningkatkan keterampilan koping, kesadaran diri, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Pendidikan psikoedukasi muncul sebagai adjunctive therapy yang secara signifikan dapat meningkatkan tingkat pemahaman orang tentang masalah kejiwaan (Bhattacharjee et al., 2011).

Modul psikoedukasi merupakan bahan ajar yang dikembangkan secara sistematis dengan mengintegrasikan materi pembelajaran dan intervensi psikoedukatif untuk meningkatkan pemahaman individu mengenai kesehatan mental. Modul ini dirancang agar peserta didik tidak hanya memperoleh informasi, tetapi juga mampu mengembangkan kesadaran diri, keterampilan koping, serta kemampuan mengambil keputusan yang tepat dalam menghadapi berbagai permasalahan psikologis. Oleh karena itu, modul psikoedukasi berfungsi sebagai media pembelajaran sekaligus media intervensi preventif dan promotif yang mendukung peningkatan literasi kesehatan mental peserta didik.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan desain analisis kebutuhan (*needs assessment*) untuk mengidentifikasi kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik SMP. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena bertujuan memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai proses pembelajaran, interaksi sosial di dalam kelas, serta pengalaman subjek penelitian selama penerapan strategi pembelajaran kontekstual (Creswell J.W., 2021). Partisipan penelitian terdiri atas dua kelompok yang terdiri dari kelompok pertama adalah peserta didik kelas VII SMP Negeri 20 Surakarta. Pemilihan siswa kelas VII didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka sedang berada pada masa transisi dari usia anak-anak menuju remaja awal. Kelompok kedua adalah guru Bimbingan dan Konseling (BK) sebanyak satu orang yang dipilih karena memiliki pemahaman mengenai karakteristik, kebutuhan, dan permasalahan peserta didik serta berperan sebagai pengguna utama modul psikoedukasi yang akan dikembangkan. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 20 Surakarta pada bulan Februari hingga Maret 2026.

Data yang diperlukan dalam penelitian ini dihimpun melalui tiga pendekatan instrumen, yaitu dengan memanfaatkan lembar kuesioner, melakukan wawancara, serta mengadakan pengamatan di lapangan. Wawancara (*in-depth interview*) dilakukan dengan guru BK menggunakan pedoman wawancara yang mencakup kondisi sekolah, karakteristik peserta didik, hambatan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, serta kebutuhan terhadap modul psikoedukasi kesehatan mental. Observasi dilakukan untuk

memperoleh gambaran mengenai kondisi lingkungan sekolah, fasilitas layanan BK, serta perilaku peserta didik yang berkaitan dengan pelaksanaan layanan kesehatan mental di sekolah. Selain itu, data juga dikumpulkan melalui kuesioner kebutuhan peserta didik yang terdiri atas 14 butir pernyataan untuk mengidentifikasi kebutuhan, dan harapan peserta didik terhadap pengembangan modul psikoedukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental.

Analisis data dilakukan menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña (Miles et al., 2014) yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, peneliti melakukan proses seleksi, pengelompokan, dan penyederhanaan data sesuai dengan kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi. Penyusunan data ke dalam narasi deskriptif bertujuan agar hasil penelitian ini lebih mudah dipahami dan dianalisis. Dari dokumen naratif tersebut, peneliti mengidentifikasi kemunculan kategori, pola, serta tema guna menarik kesimpulan akhir yang menunjukkan peta kebutuhan modifikasi atau pembuatan modul psikoedukasi. Penelitian ini mengadopsi metode triangulasi teknik dan triangulasi sumber sebagai instrumen untuk menguji keabsahan data yang dilakukan dengan menyandingkan data yang bersumber dari wawancara, kuesioner, maupun pengamatan secara langsung.

Prosedur penelitian pada tahap analisis kebutuhan pengembangan Modul Psikoedukasi Kesehatan Mental dilaksanakan melalui empat tahapan, yaitu: (1) persiapan, meliputi penyusunan instrumen penelitian, serta pengurusan perizinan penelitian di SMP Negeri 20 Surakarta; (2) pelaksanaan, yaitu pengumpulan data melalui observasi, wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, dan penyebaran angket kepada peserta didik untuk mengidentifikasi kebutuhan pengembangan modul; (3) analisis data, yaitu mengolah data yang diperoleh sebagai dasar penyusunan produk; serta (4) penarikan kesimpulan berdasarkan hasil analisis kebutuhan pengembangan Modul Psikoedukasi. Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan mengacu pada prinsip etika penelitian yang meliputi kebermanfaatan (*beneficence*), tidak merugikan (*non-maleficence*), keadilan (*justice*), dan penghormatan terhadap otonomi partisipan (*respect for autonomy*). Penelitian dilaksanakan setelah memperoleh izin dari instansi terkait dan persetujuan dari SMP Negeri 20 Surakarta. Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa konsekuensi akademik, sedangkan kerahasiaan identitas dijaga melalui anonimisasi dan seluruh data hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah sesuai dengan standar etika penelitian pendidikan (Creswell, 2021).

Hasil

Pada analisis kebutuhan ini, peneliti mendeskripsikan temuan yang diperoleh selama pelaksanaan penelitian di lapangan, meliputi kondisi sekolah, proses pembelajaran, kebutuhan guru dan peserta didik, serta pengetahuan awal siswa mengenai kesehatan mental. Teknik pengumpulan data pada tahap ini meliputi observasi, wawancara, dan angket. Hasil yang diperoleh pada tahap analisis kemudian dijabarkan sebagai berikut:

Analisis Kondisi Lingkungan Sekolah dan Proses Pembelajaran

Berdasarkan hasil observasi dan refleksi bersama guru BK, diketahui bahwa pelaksanaan layanan BK di SMP Negeri 20 Surakarta secara administratif telah mengikuti tahapan pembelajaran yang ditetapkan dalam kurikulum namun, implementasi layanan di dalam kelas masih didominasi oleh pendekatan konvensional yang berpusat pada guru. Metode ceramah menjadi strategi utama yang digunakan dalam penyampaian materi, sementara pemanfaatan media pembelajaran dan bahan ajar yang mendukung keterlibatan aktif peserta didik masih terbatas. Sebagian besar siswa hanya berfokus pada aktivitas mendengarkan dan mencatat materi yang disampaikan tanpa adanya keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Penggunaan media pembelajaran dalam pelaksanaan layanan BK di kelas masih tergolong konvensional. Proses

penyampaian materi sebagian besar berfokus pada penggunaan buku panduan BK sebagai sumber belajar utama, sehingga proses layanan kurang mampu mengakomodasi kebutuhan belajar peserta didik yang beragam serta materi mengenai kesehatan mental belum menjadi bagian yang terintegrasi secara khusus dalam layanan BK yang diberikan kepada peserta didik.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara mendalam dengan guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa kondisi sosial, ekonomi, dan keluarga peserta didik menjadi salah satu pertimbangan utama dalam penyelenggaraan layanan pendidikan di SMP Negeri 20 Surakarta. Salah satu bentuk implementasinya adalah penerapan kebijakan larangan penggunaan *smartphone* selama proses pembelajaran. Kebijakan tersebut dirancang tidak hanya untuk mengoptimalkan konsentrasi belajar peserta didik, tetapi juga sebagai bentuk pemerataan kesempatan belajar mengingat sebagian besar peserta didik berasal dari keluarga dengan tingkat kesejahteraan ekonomi menengah ke bawah sehingga akses terhadap perangkat digital masih terbatas. Guru BK juga mengungkapkan bahwa lebih dari separuh peserta didik kelas VII berasal dari keluarga yang mengalami perceraian (*broken home*), sementara sebagian lainnya tinggal bersama orang tua tanpa adanya ikatan pernikahan yang sah. Kondisi tersebut diperburuk oleh dampak sosial ekonomi pascapandemi COVID-19, di mana beberapa orang tua mengalami tekanan psikologis akibat kehilangan pekerjaan. Dampak dari kondisi tersebut tidak hanya dirasakan oleh orang tua, tetapi turut memengaruhi iklim keluarga dan perkembangan emosional peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, diperoleh gambaran mengenai kondisi lingkungan sekolah, proses pembelajaran, serta karakteristik latar belakang peserta didik yang menunjukkan adanya berbagai faktor risiko yang berpotensi memengaruhi perkembangan kesehatan mental. Temuan tersebut menjadi dasar pertimbangan dalam melakukan analisis kebutuhan pengembangan media pembelajaran yang berfokus pada peningkatan literasi kesehatan mental peserta didik. Analisis kebutuhan tersebut dilakukan agar media yang dikembangkan sesuai dengan karakteristik, kondisi, dan permasalahan nyata yang dihadapi peserta didik di lingkungan sekolah. Dengan karakteristik tersebut, modul psikoedukasi diharapkan menjadi media yang layak untuk diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 20 Surakarta. Implementasi modul tidak hanya berfungsi sebagai sumber informasi mengenai kesehatan mental, tetapi juga sebagai sarana preventif yang mendukung peningkatan literasi kesehatan mental serta penguatan kemampuan peserta didik dalam menjaga kesejahteraan psikologis.

Analisis Proses Pembelajaran

Berdasarkan hasil observasi pada dua kelas VII di SMP N 20 Surakarta, proses pembelajaran berlangsung dengan cukup baik dan didukung berberapa fasilitas yang cukup memadai. Saat peneliti melakukan pengamatan materi yang disampaikan guru berkaitan dengan kendala yang dialami siswa saat belajar, serta beberapa faktor yang mengganggu konsentrasi peserta didik di kelas. Pada awal pembelajaran, sebagian besar siswa terlihat fokus memperhatikan penjelasan guru. Akan tetapi, ketika pembelajaran memasuki pertengahan sesi, konsentrasi siswa mulai menurun. Selain itu, pemanfaatan sumber belajar dalam layanan Bimbingan dan Konseling di dalam kelas juga masih terbatas. Kondisi tersebut tidak sepenuhnya disebabkan oleh kemampuan guru, tetapi juga dipengaruhi oleh keterbatasan media dan bahan ajar yang tersedia untuk mendukung layanan bimbingan konseling. Melihat kondisi tersebut, diperlukan adanya pengembangan media pembelajaran yang sesuai dengan kondisi sekolah dan kebutuhan peserta didik. Penggunaan modul pembelajaran berbasis cetak dapat menjadi salah satu alternatif media yang dapat digunakan untuk menunjang proses pembelajaran serta mendukung peningkatan literasi kesehatan mental peserta didik kelas VII di SMP N 20 Surakarta

Analisis Kemampuan Awal Peserta Didik

Setelah diperoleh gambaran mengenai kondisi lingkungan sekolah serta pelaksanaan proses pembelajaran di SMP Negeri 20 Surakarta, penelitian melakukan analisis kemampuan awal literasi kesehatan mental peserta didik. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen angket yang terdiri atas 19 butir pertanyaan dan disebarikan kepada 63 peserta didik kelas VII. Berikut disajikan hasil analisis angket kemampuan awal literasi kesehatan mental peserta didik:

Tabel 1. Analisis pengetahuan awal peserta didik

No	Indikator	Respon siswa			
		Ya	Tidak	Presentase Ya	Presentase Tidak
1	Pengetahuan (<i>Knowledge</i>)	377	253	59,8%	40,2%
2	Kepercayaan (<i>Belief</i>)	187	191	49,5%	50,5%
3	Sikap (<i>Attitude</i>)	63	126	33,3%	66,7%

Berdasarkan hasil penyebaran angket kemampuan awal literasi kesehatan mental yang mengacu pada indikator literasi kesehatan mental menurut Jorm (1997) kepada 63 peserta didik kelas VII SMP Negeri 20 Surakarta, diperoleh bahwa indikator pengetahuan (*knowledge*) memiliki persentase jawaban "Ya" sebesar 59,8% dan jawaban "Tidak" sebesar 40,2%, yang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik telah memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan mental. Pada indikator kepercayaan (*belief*), persentase jawaban "Ya" sebesar 49,5%, sedangkan jawaban "Tidak" sebesar 50,5%, sehingga menunjukkan bahwa lebih dari separuh peserta didik belum memiliki keyakinan atau persepsi yang tepat mengenai kesehatan mental. Sementara itu, pada indikator sikap (*attitude*), persentase jawaban "Ya" hanya mencapai 33,3%, sedangkan 66,7% menjawab "Tidak", yang mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta didik belum menunjukkan sikap yang positif terhadap kesehatan mental. Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan awal literasi kesehatan mental peserta didik masih perlu ditingkatkan, khususnya pada aspek kepercayaan dan sikap, sehingga diperlukan pengembangan modul psikoedukasi sebagai media yang dapat mendukung peningkatan literasi kesehatan mental peserta didik.

Analisis Kebutuhan Pengembangan Modul Psikoedukasi untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental

Sebagai tahap awal penelitian pengembangan, analisis kebutuhan dilakukan melalui penyebaran angket kepada peserta didik. Instrumen analisis kebutuhan terdiri atas 8 butir pertanyaan yang bertujuan untuk mengidentifikasi kebutuhan, harapan, serta preferensi peserta didik terhadap pengembangan modul psikoedukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental. Berikut disajikan hasil analisis angket kebutuhan pengembangan modul untuk meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik:

Tabel 2. Analisis kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi

No	Indikator	Respon siswa	
		Ya	Tidak
1	Kesesuaian media pembelajaran yang digunakan pada layanan Bimbingan dan Konseling	14,2 %	85,7%
2	Kebutuhan media pembelajaran yang dapat membantumu dalam memahami materi	90,4%	9,6 %
3	Preferensi peserta didik terhadap modul psikoedukasi	77,8%	22,2%

4	Tingkat ketertarikan peserta didik terhadap media pembelajaran berbentuk modul psikoedukasi	87,3%	12,7%
5	Preferensi peserta didik terhadap penyajian visual modul, meliputi penggunaan gambar, ilustrasi, dan infografis	83,6%	16,4%
6	Identifikasi kebutuhan peserta didik terhadap komponen pendukung dalam modul psikoedukasi	73%	27%
7	Identifikasi tingkat penerimaan peserta didik terhadap pengembangan modul psikoedukasi yang memuat materi kesehatan mental	93,6%	6,3%

Berdasarkan hasil analisis pada butir pertanyaan pertama, sebanyak 14,2 % peserta didik memberikan jawaban "Ya", sedangkan 85,7% peserta didik memberikan jawaban "Tidak". Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik menilai media pembelajaran yang selama ini digunakan belum sesuai dengan kebutuhan dan harapan peserta didik. Butir pertanyaan kedua dalam angket analisis kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi berkaitan dengan kebutuhan peserta didik terhadap penggunaan media pembelajaran. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 90,4% peserta didik menjawab "Ya", sedangkan 9,6 % peserta didik menjawab "Tidak". Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik membutuhkan media pembelajaran yang dapat mempermudah pemahaman materi selama mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling. Respon peserta didik terhadap butir pertanyaan ketiga mengenai preferensi bentuk media pembelajaran yang diharapkan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik lebih memilih media pembelajaran dalam bentuk cetak. Hal ini ditunjukkan oleh 77,8% peserta didik yang memilih media cetak, sedangkan 22,2% peserta didik memilih media pembelajaran dalam bentuk media elektronik.

Butir pertanyaan keempat pada angket analisis kebutuhan pengembangan merujuk pada tingkat ketertarikan peserta didik terhadap media pembelajaran berbentuk modul psikoedukasi menunjukkan bahwa 87,3% peserta didik menjawab "Ya", sedangkan 12,7% peserta didik menjawab "Tidak". Butir pertanyaan kelima dalam angket analisis kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi berkaitan dengan preferensi peserta didik terhadap penyajian visual modul, meliputi penggunaan gambar, ilustrasi, dan infografis. Respon peserta didik menunjukkan bahwa 83,6% peserta didik menyatakan menyukai modul yang dilengkapi gambar, ilustrasi, atau infografis, sedangkan 16,4% peserta didik menyatakan tidak menyukainya. Pada pertanyaan keenam respon peserta didik menunjukkan bahwa 73% peserta didik menjawab "Ya", sedangkan 27% peserta didik menjawab "Tidak" terhadap pertanyaan mengenai ketertarikan pada modul yang dilengkapi latihan, refleksi diri, atau aktivitas setelah mempelajari materi. Pada butir pertanyaan ke tujuh respons peserta didik terhadap rencana pengembangan modul psikoedukasi menunjukkan kecenderungan yang sangat positif. Dari keseluruhan responden, sebanyak 93,6% menyatakan persetujuan terhadap pengembangan modul yang membahas kesehatan mental, sedangkan 6,3% menyatakan tidak setuju.

Analisis kebutuhan pada butir pertanyaan kedelapan diarahkan pada proses identifikasi prioritas materi yang akan dikembangkan dalam modul psikoedukasi kesehatan mental. Adapun hasil respons peserta didik terhadap butir pertanyaan kedelapan disajikan pada gambar berikut:



Gambar1. Analisis kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh gambaran mengenai prioritas materi yang diharapkan dimuat dalam modul psikoedukasi kesehatan mental. Sebagian besar peserta didik, yaitu 52%, memilih materi mengenai kesehatan mental, pertolongan pada gangguan mental, serta cara menjaga kesehatan mental sebagai topik yang paling penting untuk dipelajari. Selanjutnya, 22% peserta didik mengharap materi mengenai bullying, tekanan teman sebaya (peer pressure), dan cara membangun hubungan sosial yang sehat. Adapun 16% peserta didik memilih materi tentang gangguan kesehatan mental, tanda dan gejalanya, serta faktor-faktor yang memengaruhi munculnya gangguan tersebut, sedangkan 10% lainnya memilih materi mengenai stres, kecemasan, dan strategi mengelola emosi.

Pembahasan

Kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi dalam penelitian ini berangkat dari hasil analisis kebutuhan yang menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling belum didukung oleh media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Analisis kebutuhan dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi lingkungan sekolah, proses pelaksanaan layanan, serta kebutuhan peserta didik terhadap media pembelajaran yang dapat mendukung peningkatan literasi kesehatan mental. Hasil analisis menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 20 Surakarta masih didominasi oleh metode ceramah dengan penggunaan media yang terbatas pada buku panduan. Kondisi tersebut menyebabkan proses pembelajaran cenderung berlangsung secara satu arah sehingga keterlibatan peserta didik masih rendah. Sebagian besar peserta didik hanya berperan sebagai pendengar dan pencatat materi, sedangkan aktivitas bertanya, berdiskusi, maupun menyampaikan pendapat masih belum optimal. Hal ini menunjukkan bahwa media yang digunakan belum mampu memfasilitasi pembelajaran yang melibatkan peserta didik.

Temuan tersebut sejalan dengan Sijabat et al. (2023) yang menyatakan bahwa keterbatasan media pembelajaran yang inovatif berdampak pada rendahnya minat belajar dan pemahaman peserta didik. Sinambela dan Sari (2024) juga menjelaskan bahwa penggunaan media pembelajaran yang interaktif mampu meningkatkan partisipasi peserta didik selama proses pembelajaran. Sementara itu, Nurrita (Nurrita, 2018) menegaskan bahwa media pembelajaran berperan penting dalam meningkatkan efektivitas penyampaian materi, sedangkan Mayer (2009) menyatakan bahwa penyajian informasi melalui perpaduan unsur verbal dan visual dapat meningkatkan pemahaman peserta didik. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang berfokus pada penggunaan media pembelajaran secara umum, penelitian ini mengembangkan modul psikoedukasi sebagai media pembelajaran yang dirancang untuk meningkatkan literasi kesehatan mental peserta didik. Modul yang dikembangkan tidak hanya menyajikan materi, tetapi

juga memuat ilustrasi, aktivitas pembelajaran, refleksi, dan evaluasi sehingga diharapkan mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik sekaligus memperkuat pemahaman mereka terhadap kesehatan mental.

Pada tahap analisis kebutuhan, peneliti tidak hanya mengidentifikasi kondisi lingkungan sekolah dan pelaksanaan proses pembelajaran, tetapi juga menganalisis kemampuan awal literasi kesehatan mental peserta didik. Analisis ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat literasi kesehatan mental peserta didik sebagai dasar dalam menentukan kebutuhan pengembangan modul psikoedukasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa kemampuan awal literasi kesehatan mental peserta didik masih berada pada kategori yang masih rendah, terutama pada aspek kepercayaan, dan sikap terhadap kesehatan mental. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa peserta didik belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai konsep kesehatan mental, cara menjaga kesehatan mental, maupun sikap yang tepat dalam menyikapi permasalahan kesehatan mental. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Febrianti et. al (2022) yang menyatakan bahwa rendahnya pengetahuan mengenai kesehatan mental dapat berdampak pada ketidakmampuan remaja dalam mengenali, memahami, dan mengatasi permasalahan psikologis yang dialami. Senada dengan itu, Syadidurrahmah et al. (2020) menjelaskan bahwa rendahnya literasi kesehatan mental merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terbatasnya pengetahuan individu mengenai kesehatan mental.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling yang menunjukkan bahwa sekolah belum pernah memberikan layanan psikoedukasi secara khusus mengenai kesehatan mental. Belum adanya materi mengenai kesehatan mental menyebabkan peserta didik memiliki kesempatan yang terbatas untuk memperoleh informasi yang benar mengenai kesehatan mental melalui lingkungan sekolah. Temuan penelitian ini sejalan dengan Wahyuni dan Fitri (2022) yang menyatakan bahwa meskipun kesehatan mental telah menjadi salah satu masalah prioritas, implementasi literasi kesehatan mental di lingkungan sekolah masih belum optimal. Kondisi tersebut ditunjukkan oleh belum tersedianya kebijakan maupun program yang secara khusus mengintegrasikan edukasi kesehatan mental dalam layanan sekolah. Akibatnya, peserta didik belum memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk mengenali, memahami, serta merespons permasalahan kesehatan mental, baik pada diri sendiri maupun orang lain (Wahyuni & Fitri, 2022).

Dan didasarkan pada hasil temuan analisis kebutuhan pengembangan menunjukkan bahwa peserta didik memerlukan media pembelajaran yang tidak hanya menyajikan materi kesehatan mental, tetapi juga mampu mendukung proses pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Tingginya respons positif terhadap pengembangan modul menunjukkan adanya harapan peserta didik terhadap media yang dapat mengintegrasikan materi, visual, dan aktivitas pembelajaran yang mempermudah dalam pemahaman peserta didik terhadap materi yang diajarkan. Kurniawaty et. al. (Karuniawaty et al., 2024) menegaskan bahwa media kesehatan mental di lingkungan sekolah masih sangat terbatas, ditandai dengan minimnya media konvensional maupun digital seperti poster, modul, dan video edukasi. Kondisi tersebut menyebabkan mayoritas siswa cenderung mengandalkan media sosial sebagai sumber informasi alternatif. Dengan demikian, pengembangan modul psikoedukasi tidak hanya berfungsi sebagai media pembelajaran, tetapi juga sebagai solusi untuk memenuhi kebutuhan peserta didik dalam meningkatkan literasi kesehatan mental.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan pengembangan dapat disimpulkan bahwa pengembangan Modul Psikoedukasi Kesehatan Mental merupakan kebutuhan yang didasarkan pada kondisi empiris di SMP

Negeri 20 Surakarta. Hasil observasi, wawancara, dan angket menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling masih didominasi oleh metode ceramah dengan pemanfaatan media pembelajaran yang terbatas, sehingga penyampaian materi belum mampu memfasilitasi keterlibatan aktif peserta didik maupun mengembangkan literasi kesehatan mental secara optimal. Kondisi tersebut diperkuat oleh karakteristik peserta didik yang memiliki berbagai faktor risiko psikososial, seperti latar belakang keluarga yang kurang kondusif dan keterbatasan akses terhadap sumber belajar, serta hasil analisis kemampuan awal yang menunjukkan bahwa aspek *belief* dan *attitude* terhadap kesehatan mental masih tergolong rendah. Di sisi lain, mayoritas peserta didik menunjukkan kebutuhan yang tinggi terhadap media pembelajaran yang lebih menarik, sistematis, dan mudah dipahami. Temuan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan yang nyata antara kebutuhan peserta didik dengan media layanan Bimbingan dan Konseling yang tersedia di sekolah. Oleh karena itu, pengembangan Modul Psikoedukasi Kesehatan Mental tidak hanya menjadi alternatif media pembelajaran, tetapi juga merupakan strategi preventif yang berorientasi pada peningkatan literasi kesehatan mental, serta optimalisasi pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di lingkungan sekolah.

Referensi

- Aji, A. A., Wibowo, M. E., & Hidayati, D. (2022). Psikoedukasi kesehatan mental sebagai upaya preventif gangguan psikologis di masyarakat. *Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*.
- Bhattacharjee, D., Rai, A. K., Singh, N. K., & Srivastava, K. (2011). Psychoeducation: A measure to strengthen psychiatric treatment. *Delhi Psychiatry Journal*.
- Bjørnsen, H. N., Eilertsen, M. E. B., Ringdal, R., Espnes, G. A., & Moksnes, U. K. (2017). Positive mental health literacy: Development and validation of a measure among Norwegian adolescents. *BMC Public Health*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4733-6>
- Brooks, H., Irmansyah, I., Lovell, K., Savitri, I., Utomo, B., Prawira, B., & Kusumayati, A. (2019). Improving mental health literacy among young people aged 11–15 years in Java, Indonesia: co-development and feasibility testing of a culturally-appropriate, user-centred resource (IMPETUs) – a study protocol. *BMC Health Services Research*.
- Carvalho, D., Sequeira, C., Querido, A., Tomás, C., Morgado, T., Valentim, O., Moutinho, L., Gomes, J., & Laranjeira, C. (2022). Positive Mental Health Literacy: A Concept Analysis. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.877611>
- Creswell J.W. (2021). *RESEARCH DESIGN: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Pustaka Pelajar.
- Febrianti, A., Elita, V., & Dewi, N. W. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental dengan Status Mental Remaja. *Riau Nursing Journal*. DOI: 10.31258/rnj.1.1.70-79
- Gloriabarus. (2022). *Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental*. <https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental/>
- Goldschmid, B. (1972). Modular instruction: Principles and application in higher education. *Learning and Development*.
- Hamdani. (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Pustaka Setia.

- Jorm, A. F. (2000). Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders. *British Journal of Psychiatry*.
- Karuniawaty, TP., Wiweko, A., & Imaniaty, N. (2024). Memperkenalkan Psychogame© sebagai Media Literasi Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v7i4.9157>
- Kemenkes. (2024). *Kesehatan jiwa: Masalah yang sering disepelekan dan dianggap tidak penting*.
- Kutcher, S., Wei, Y., & Coniglio, C. (2016). Mental Health Literacy Past, Present, and Future. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 61(3).
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia Learning*. Cambridge University Press.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis, A. Methods Sourcebook, Edition 3* (Sage Publications, Tran.).
- Nurrita, T. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 10.33511/misykat. v3i1.52
- Prastowo, A. (2012). *Panduan Kreatif Membuat Bahan Ajar Inovatif*. Diva Press.
- Sijabat, E., SImanjuntak, R., & Hutabarat, T. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Inovatif terhadap Pemahaman Konsep IPAS Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia*.
- Sinabela, R., & Sari, D. (2024). Media Interaktif dalam Pembelajaran IPAS. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*.
- Smaldino, S. E., Lowther, D. L., & Russel, J. D. (2011). *Instructional Technology & Media For Learning: Teknologi Pembelajaran dan Media untuk Belajar*. Kencana Prenada.
- Stolovitch, H. D. (1978). *Audiovisual training modules*. Educational Technology Publ.
- Stuart, G. W. (2021). Principles and practice of psychiatric nursing (11th ed.). *Elsevier Health Sciences*.
- Syadidurrahmah, F., Muntahaya, F., Islamiyah, S., Fitriani, T. A., & Nisa, H. (2020). Literasi Kesehatan Mental Orang Dewasa dan Penggunaan Pelayanan Kesehatan Mental. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*. <https://dx.doi.org/10.47034/ppk.v2i1.4004>
- Wahyuni, E., & Fitri, S. (2022). Peningkatan Literasi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi COVID-19 Melalui Psikoedukasi Online. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. DOI:10.31960/caradde. v4i3.1201
- Walsh, J. (2009). *Psychoeducation in Mental Health*. Oxford University Press.