

Invention: Journal Research and Education Studies
Volume 7 Nomor 1 March 2026

The Invention: Journal Research and Education Studies is published
 three (3) times a year

(March, July and November)

Focus : Education Management, Education Policy, Education
 Technology, Education Psychology, Curriculum Development,
 Learning Strategies, Islamic Education, Elementary Education

LINK : <https://pusdikra-publishing.com/index.php/jres>

Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kesehatan Mental Anak Usia MI

Shinta Nuriyah Azzahra¹, Siti Asiah², Adella Eka Dista Oktafiani³, Ellysa Septia
 Ayunda⁴, Arya Maulana Hussein⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang, Indonesia

ABSTRACT

Kesehatan mental anak usia MI merupakan aspek fundamental yang berpengaruh terhadap perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak secara berkelanjutan. Pada usia sekolah dasar, anak mulai membangun relasi sosial yang lebih luas, sehingga dukungan teman sebaya menjadi salah satu faktor penting dalam menjaga keseimbangan kesehatan mental mereka. Dukungan positif dari teman sebaya dapat membantu anak mengembangkan rasa aman, kepercayaan diri, serta kemampuan mengelola emosi dan perilaku sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia MI/SD, dengan ruang lingkup kajian meliputi aspek emosi, perilaku, dan kemampuan sosial anak. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian terdiri dari anak usia MI/SD yang berada pada satuan pendidikan dasar. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, angket dukungan teman sebaya, serta instrumen penilaian kesehatan mental anak yang mencakup stabilitas emosi, perilaku prososial, dan kemampuan interaksi sosial. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik statistik korelasi untuk mengetahui hubungan antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia MI. Anak yang mendapatkan dukungan positif dari teman sebaya cenderung memiliki kestabilan emosi yang lebih baik, perilaku prososial yang lebih tinggi, serta tingkat kecemasan yang lebih rendah. Temuan ini menegaskan bahwa interaksi dan dukungan teman sebaya berperan penting dalam menunjang kesehatan mental anak usia sekolah dasar, sehingga pendidik dan orang tua perlu menciptakan lingkungan sosial yang mendorong interaksi positif antar anak.

Dukungan Teman Sebaya, Kesehatan Mental Anak, Anak Usia MI, Interaksi Sosial, Perkembangan Emosional

Kata Kunci

**Corresponding
 Author:**

Shintazaa803@gmail.com

PENDAHULUAN

Kesehatan mental anak-anak usia sekolah dasar (biasanya 6-12 tahun) sangat vital karena periode ini adalah masa pembentukan identitas, keterampilan sosial, dan kemampuan coping terhadap stres. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 10-20% anak-anak di seluruh dunia mengalami gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, atau masalah perilaku, yang dapat berdampak jangka panjang pada prestasi akademik, hubungan sosial, dan kesehatan fisik. Di Indonesia, data dari Kementerian Kesehatan (2022) menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental anak meningkat, terutama di lingkungan sekolah, dengan faktor risiko seperti bullying, tekanan akademik, dan isolasi sosial. MI sebagai institusi pendidikan Islam menambahkan dimensi budaya dan agama, di mana nilai-nilai seperti solidaritas (ukhuwah) dan empati dapat menjadi pelindung atau pendorong kesehatan mental.

Anak usia MI berada pada tahap perkembangan sosial yang pesat, di mana mereka mulai belajar mengenal kerja sama, empati, dan saling menghargai dalam kelompok. Dalam masa ini, dukungan teman sebaya (*peer support*) memiliki peranan penting dalam membentuk keseimbangan emosional dan mental anak. Teman sebaya dapat menjadi sumber semangat, tempat berbagi perasaan, dan sarana belajar bersosialisasi. Ketika anak merasa diterima, dihargai, dan didukung oleh lingkungannya, maka ia akan tumbuh menjadi pribadi yang percaya diri, bahagia, dan memiliki motivasi belajar yang tinggi.

Dukungan teman sebaya merujuk pada interaksi positif antar anak-anak sebaya, seperti memberikan dorongan emosional, bantuan dalam menyelesaikan masalah, atau rasa diterima dalam kelompok. Teori sosial seperti Teori Attachment (John Bowlby) dan Teori Dukungan Sosial (Cohen & Wills, 1985) menjelaskan bahwa dukungan ini bertindak sebagai buffer terhadap stres, meningkatkan self-esteem, dan mengurangi risiko gangguan mental. Penelitian sebelumnya, seperti studi di *Journal of Child Psychology and Psychiatry* (2018), menemukan bahwa anak-anak dengan dukungan teman sebaya yang kuat memiliki tingkat kecemasan lebih rendah dan kemampuan adaptasi yang lebih baik di sekolah. Di konteks MI, dukungan ini bisa diperkaya oleh ajaran Islam yang menekankan persaudaraan dan tolong-menolong, sehingga potensial lebih efektif dalam membangun resiliensi spiritual dan emosional.

Kesehatan mental yang baik akan mendorong anak untuk memiliki sikap optimis, mudah beradaptasi, serta mampu mengendalikan emosi dalam

menghadapi tantangan kehidupan. Sebaliknya, kesehatan mental yang terganggu dapat menyebabkan masalah perilaku, kesulitan belajar, bahkan gangguan emosional yang berkelanjutan. Oleh karena itu, peran guru, orang tua, dan lingkungan sekolah menjadi sangat penting dalam menciptakan suasana yang mendukung kesehatan mental peserta didik. Guru sebagai teladan dan pembimbing dapat menanamkan nilai-nilai keislaman dalam kegiatan belajar mengajar, seperti saling menghormati, kerja sama, dan kasih sayang. Sekolah juga perlu mengembangkan program bimbingan konseling Islami serta kegiatan yang memperkuat hubungan sosial antar siswa, seperti kegiatan kelompok, pembiasaan akhlak mulia, dan pembelajaran berbasis kolaborasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia MI. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat dukungan teman sebaya yang diterima anak, menggambarkan kondisi kesehatan mental anak yang meliputi aspek emosional, perilaku, dan kemampuan sosial, serta menganalisis arah dan kekuatan hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia MI/SD di lingkungan satuan pendidikan dasar.

Melalui penelitian ini diharapkan dapat ditemukan pemahaman yang mendalam mengenai pentingnya dukungan sosial dalam menjaga keseimbangan mental anak. Hasil penelitian juga diharapkan memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan strategi pembelajaran dan bimbingan konseling Islami, sehingga setiap anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang sehat secara emosional, sosial, dan spiritual sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam.

Teman Sebaya

Salah satu interaksi yang pasti dilalui oleh setiap murid adalah dengan teman-teman sebayanya teman sebaya adalah lingkungan kedua setelah keluarga yang bisa memberikan dampak bagi kehidupan seseorang. Teman sebaya (*peer*) adalah orang-orang yang memiliki usia, status, kedudukan, dan pola pikir yang serupa. Blazevic (kurniawan: 2018) menyatakan bahwa teman sebaya adalah kelompok sosial yang terdiri dari individu dengan usia atau tingkat kedewasaan yang sebanding. Sejauh mana seseorang dipengaruhi oleh teman sebayanya tergantung pada bagaimana individu tersebut melihat lingkungan kelompoknya karena pandangan seseorang terhadap teman-teman sebayanya akan mempengaruhi pilihan yang akan di buat dikemudian hari (S.Wardani, 2018)

Teman sebaya muncul dalam situasi yaitu sebuah arena untuk berinteraksi sosial dengan nilai-nilai yang ada diantara teman seumurnya serta sebagai tempat untuk menemukan identitas diri. Jika nilai-nilai yang diadopsi oleh teman sebayanya adalah negative hal ini bisa berbahaya bagi perkembangan individu dalam pengaruh kelompok teman sebaya. Pengaruh yang kuat dari teman sebaya dapat melemahkan hubungan individu dengan orang tua dan dilingkungan sekolah.

Dukungan dari teman sebaya merujuk pada interaksi positif antara anak-anak yang mencakup pemberian motivasi emosional, bantuan dalam mengenai masalah, atau perasaan diterima dalam suatu kelompok. Teori sosial seperti teori lampiran (Jhon Bowlby) dan teori dukungan sosial (Cohen dan Wills, 1985) menjelaskan bahwa dukungan tersebut berfungsi sebagai penyokong untuk mengurangi stres meningkatkan harga diri, serta menunjukan kemungkinan gangguan mental. Penelitian sebelumnya termasuk studi yang dipublikasikan di *journal of Child Psychology and Psychiatry* (2018) menunjukan bahwa anak-anak yang memiliki dukungan kuat dari teman sebaya cenderung mengalami kecemasan lebih rendah dan menunjukan kemampuan penyesuaian yang lebih baik dalam lingkungan sekolah. Dalam konteks MI dukungan teman sebaya ini diperkuat melalui ajaran islam yang menekankan persaudaraan dan saling membantu sehingga berpotensi menjadi lebih efektif dalam membangun ketahanan spiritual dan emosional.

Teman sebaya menurut Baqi (M.Baqi, 2013) menyatakan bahwa Nabi Muhammad Saw pernah berkata “ Analogi teman sebaya yang baik dan yang buruk mirip seperti penjual parfum dan seorang pandai besi. Penjual parfum mungkin akan memberi parfum atau kamu bisa membelinya darinya. Sementara itu pandai besi berpotensi membuat percikan api mengenai pakaianmu bahkan jika tidak kamu tetap akan mendapatkan bau asapnya yang tidak enak.” (HR. Bukhari 5534 dan Muslim 2628). Sebaya juga akan timbul suatu aspirasi yang dapat memberikan arti khusus bagi kelompok yang dibentuk secara Bersama. Membicarakan tentang teman sebaya sebagai dari Masyarakat mengarahkan fokus pada pembentukan kelompok teman sebaya (Handayani, 2009). Teman sebaya merujuk pada sekumpulan individu yang memiliki usia dan Tingkat kepekaan sosial yang serupa atau bahkan sama. Teman sebaya umumnya muncul remaja dilingkungan sekolah. Keberadaan teman sebaya baik dalam kegiatan belajar maupun bermain memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan anak (Santi dan Khan, 2019).

Kesehatan Mental

Kesehatan mental pada anak usia sekolah dasar kini menjadi isu yang penting karena sangat memengaruhi perkembangan sosial, emosional, dan

kemampuan belajar mereka. Anak yang tidak memiliki kondisi mental yang stabil biasanya kesulitan mengendalikan emosi, berhubungan dengan teman sebaya, atau menunjukkan perilaku seperti mudah marah dan memilih menyendiri (Amida, 2021). Pada usia 7-12 tahun, anak berada dalam masa perkembangan yang sensitif terhadap tekanan lingkungan, sehingga memerlukan dukungan emosional dari keluarga, sekolah, maupun teman (Kusuma, 2022). Jika tidak ditangani, masalah kesehatan mental dapat berkembang menjadi stres, kecemasan, bahkan perilaku menyimpang (Keminfo, 2021).

Berbagai survei juga menunjukkan peningkatan masalah kesehatan mental pada anak sekolah. Laporan Kementerian Kesehatan tahun 2022 menyebutkan bahwa sekitar 14,3% siswa SD mengalami kecemasan dan stres yang dipicu tuntutan akademik dan interaksi sosial yang kurang sehat (Rokem, 2021). Temuan dari *Indonesia Children Mental Survey* (ICMS) bahkan menunjukkan bahwa hanya 3,1% anak dengan gejala emosional yang mendapat bantuan profesional, sementara sebagian besar lainnya tidak memperoleh pendampingan (Gloria, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa banyak anak menghadapi masalah mental tanpa dukungan yang memadai, sehingga berdampak pada prestasi dan kesulitan beradaptasi (Alam, 2020).

Lingkungan sosial, terutama dukungan dari teman sebaya, memiliki peranan besar dalam menjaga kesehatan mental anak. Teman merupakan pihak yang paling sering berinteraksi dengan anak di sekolah, sehingga dapat menjadi tempat berbagi, memberi dukungan emosional, dan membantu menghadapi tekanan (Hanis, 2022). Anak yang memiliki hubungan positif dengan teman sebaya lebih mampu mengatur emosi dan berperilaku baik. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan kesepian, menarik diri, bahkan gangguan perilaku (Hendriyatno, 2022). Karena itu, sekolah yang memiliki lingkungan positif dan hubungan sosial yang sehat menjadi faktor penting untuk mendukung kesehatan mental anak.

Upaya menjaga kesehatan mental dapat dilakukan melalui program sekolah dan interaksi sosial yang konstruktif. Penelitian membuktikan bahwa kegiatan belajar yang mengembangkan kerja sama, komunikasi, dan empati dapat meningkatkan kondisi mental siswa (Maria, 2021). Peran guru dan interaksi positif dengan teman sebaya juga mampu memperkuat keterampilan sosial dan emosional anak (Robot, 2022). Dengan demikian, kesehatan mental merupakan aspek penting bagi anak MI agar mereka dapat berkembang sesuai tahapannya dan mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekolah.

Selain faktor sosial, pola asuh keluarga dan lingkungan sekolah juga sangat memengaruhi kesehatan mental anak. Guru berperan penting dalam

menciptakan suasana kelas yang aman dan suportif agar anak merasa dihargai (Saputra, 2021). Orang tua pun diharapkan dapat memberikan perhatian emosional, melatih anak mengelola emosi, serta memberi teladan dalam bersikap (Rohmat, 2022). Dalam perspektif pendidikan Islam, nilai-nilai seperti ukhuwah, tolong-menolong, dan saling menghormati sangat sejalan dengan konsep kesehatan mental modern. Lingkungan yang menerapkan nilai tersebut akan membantu anak membangun karakter dan kestabilan emosi yang lebih baik.

Anak Usia SD/MI

Dalam bentuk resmi dan lembaga, sekolah dasar termasuk dalam kategori pendidikan dasar. Pendidikan dasar Menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 Pasal 17 ayat 1 dan 2 adalah merupakan jenjang pendidikan yang melandasi jenjang pendidikan menengah. Pendidikan dasar terdiri dari Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI). Satu hal yang juga tidak boleh dilupakan oleh guru atau pendidik di sekolah dasar ini adalah guru hendaknya memahami karakteristik siswa yang akan diajarnya. Karena anak yang berada di sekolah dasar masih tergolong anak usia dini, terutama di kelas awal, adalah anak yang berada pada rentangan usia dini. Masa usia dini itu singkat, tetapi sangat penting bagi kehidupan seseorang. Oleh karena itu, pada masa ini, semua potensi yang dimiliki anak harus dikembangkan agar bisa tumbuh secara optimal. Setiap manusia secara psikologis mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan pada anak meliputi aspek fisik dan mental. Salah satu bagian penting dari pertumbuhan mental anak usia SD adalah kemajuan dalam berbahasa.

Usia dini terutama di kelas awal adalah anak yang berada pada rentangan usia dini. Masa usia dini adalah waktu yang singkat tetapi sangat penting bagi kehidupan seseorang. Karena itu, selama masa ini, semua potensi yang ada pada anak perlu dikembangkan agar bisa tumbuh secara maksimal. Setiap manusia secara psikologis mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan pada anak meliputi aspek fisik dan mental. Salah satu hal penting dalam pertumbuhan mental anak sekolah dasar adalah kemampuan berbahasa. Dengan berbahasa, manusia bisa mengenal dirinya sendiri, orang lain, lingkungan sekitarnya, pengetahuan, serta nilai-nilai moral dan agama.

Masa sekolah dasar adalah masa di mana kemampuan anak untuk mengenali dan menguasai kumpulan kata-kata (vocabulary) berkembang sangat cepat. Menurut Abin Syamsuddin, pada awal masa ini (usia 6-7 tahun), anak sudah menguasai sekitar 2.500 kata, dan pada masa akhir (usia 11-12 tahun), anak telah menguasai sekitar 50.000 kata. (Susanto, 2013)

Perkembangan bahasa terkait dengan perkembangan kognitif, yang berarti faktor intelegensi sangat berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan berbahasa. Kemampuan intelek anak belum berkembang dan masih dalam tahap yang sangat sederhana. Semakin anak itu tumbuh dan berkembang, kemampuan berbicaranya mulai berkembang dari tingkat yang sangat sederhana menuju tingkat yang lebih kompleks. Perkembangan bahasa dipengaruhi oleh lingkungan karena bahasa pada dasarnya merupakan hasil belajar dari lingkungannya. Anak-anak belajar berbicara seperti cara mereka belajar hal-hal lain, yaitu dengan meniru dan mengulang kata-kata yang digunakan oleh orang dewasa. Belajar bahasa yang sebenarnya baru dilakukan oleh anak berusia 6-7 tahun, saat ia mulai bersekolah. Jadi, perkembangan bahasa adalah peningkatan kemampuan seseorang dalam menggunakan alat berkomunikasi, seperti berbicara, menulis, atau menggunakan tanda dan isyarat. Menguasai alat berkomunikasi berarti seseorang berusaha agar dapat memahami orang lain dan juga dimengerti oleh orang lain. (Fatimah, 2006).

Sedikitnya, menurut Syamsu Yusuf terdapat dua faktor penting yang mempengaruhi perkembangan bahasa, yaitu: (1) proses jadi matang, yaitu anak itu menjadi matang (organ-organ suara/bicara sudah berfungsi) untuk berkata-kata, (2) proses belajar, yaitu anak yang telah matang untuk berbicara lalu mempelajari bahasa orang lain dengan jalan mengimitasi atau meniru ucapan/kata-kata yang didengarnya, Kedua proses tersebut terjadi sejak masa bayi hingga usia anak memasuki sekolah dasar. Pada tahap ini, anak sudah mampu melakukan tiga hal, yaitu (1) membuat kalimat yang lebih sempurna, (2) membuat kalimat majemuk, dan (3) menyusun serta mengajukan pertanyaan (Yusuf, 2001).

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial, termasuk dukungan teman sebaya, memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental anak. Namun, sebagian besar kajian masih berfokus pada remaja atau anak usia PAUD, serta menitikberatkan pada satu aspek kesehatan mental tertentu, seperti perilaku atau emosi saja. Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia MI secara komprehensif meliputi aspek emosional, perilaku, dan kemampuan sosial masih terbatas, khususnya pada konteks satuan pendidikan dasar di Indonesia. Selain itu, sedikit penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antarvariabel secara empiris pada kelompok usia ini. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan dengan menghadirkan bukti empiris mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia MI

secara menyeluruh, sehingga dapat memperkaya khazanah penelitian psikologi pendidikan anak usia sekolah dasar.

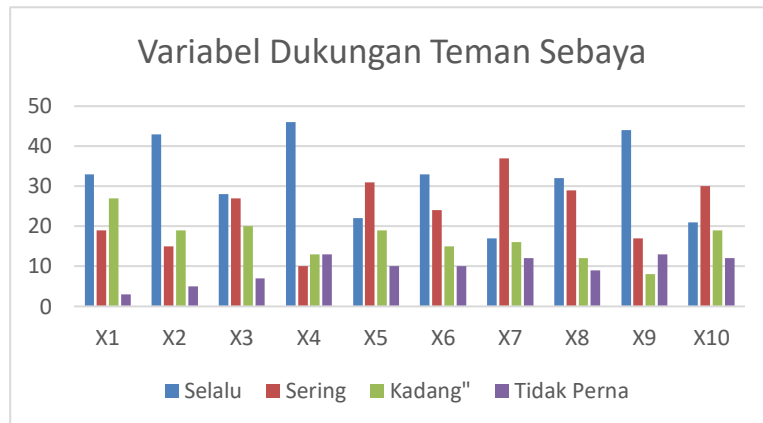
METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif, merupakan metode penelitian yang berfokus pada data numerik dari populasi atau sampel tertentu, dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dengan hasil berupa angka yang diolah statistik untuk menguji hipotesis yang ada, dan bertujuan untuk generalisasi fenomena berdasarkan angka-angka. Penelitian ini menggunakan statistika deskriptif, merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui nilai variabel dengan pengumpulan dan penyajian suatu data sehingga terkumpul informasi (Walpole, 1995). Statistika deskriptif juga digunakan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik mendalam variabel yang diteliti dari serangkaian data tanpa mengambil kesimpulan umum (Ghozali, 2016).

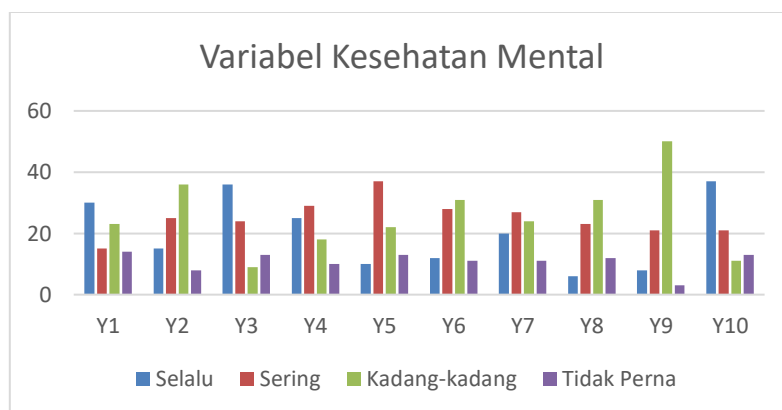
Peneliti ini menggunakan populasi sebanyak 843 siswa di MI Sulaimaniyah Kauman Mojoagung. Dari populasi tersebut, ditarik sampel penelitian sebanyak 82 orang. Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel, dilakukan menggunakan teknik *proportional random sampling* agar peneliti dapat memastikan bahwa setiap sub-kelompok dalam populasi dapat memiliki peluang yang proporsional untuk terpilih menjadi bagian dari sampel yang akan diuji hal ini bertujuan untuk meningkatkan representativitas hasil penelitian.

Dalam proses pengumpulan data primer penelitian, peneliti mengandalkan instrumen utama berupa angket yang disusun menggunakan model skala Likert. Angket tersebut kemudian disebar secara langsung kepada 82 responden yang telah terpilih sebagai sampel penelitian untuk diisi sesuai dengan kondisi yang mereka alami dan rasakan. Seluruh data yang berhasil terkumpul dari penyebaran angket selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik IBM SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1.
Variabel Dukungan Teman Sebaya



Gambar 1.
Variabel Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil analisis dari pengisian angket siswa MI Sulaimaniyah Kauman Mojoangung diketahui bahwa dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental memiliki pengaruh positif ditunjukkan dengan tabel 1.

Tabel 1.
Hasil Uji Korelasi Dukungan Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental

Correlations		Total_X	Total_Y
Total_X	Pearson Correlation	1	.729**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	82	82
Total_Y	Pearson Correlation	.729**	1

	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	82	82
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental siswa MI Sulaimaniyah Kauman Mojoagung. Berdasarkan uji korelasi Pearson, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,729$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang mengindikasikan hubungan linier yang kuat antara kedua variabel. Temuan ini menjawab hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental anak usia SD/MI, sehingga hipotesis dapat diterima. Nilai korelasi yang mendekati 1 menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan positif yang diterima anak dari teman sebayanya, semakin baik pula kondisi kesehatan mental yang dimilikinya.

Temuan ini memiliki makna penting karena menegaskan peran interaksi sosial sebaya sebagai faktor protektif dalam kesehatan mental anak usia sekolah dasar. Dukungan emosional, penerimaan sosial, dan interaksi positif antar teman sebaya membantu anak mengembangkan kestabilan emosi, perilaku prososial, serta kemampuan beradaptasi secara sosial. Hasil ini sejalan dengan teori psikologi positif yang menyatakan bahwa hubungan positif dengan orang lain merupakan salah satu komponen utama kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis individu (Sarmadi, 2018). Kebahagiaan tersebut berperan sebagai prediktor penting bagi kesehatan mental anak.

Selain itu, hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Farkhriyani (2017) yang menyatakan bahwa individu dengan kesehatan mental yang baik umumnya mampu menjalin hubungan sosial yang sehat, penuh empati, dan saling mendukung. Dalam konteks anak usia SD/MI, hubungan pertemanan yang positif berfungsi sebagai ruang belajar sosial yang membantu anak memahami emosi diri dan orang lain, serta mengurangi kecemasan dan perilaku maladaptif. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bukti empiris bahwa kualitas hubungan teman sebaya merupakan indikator penting dalam menilai kesehatan mental anak.

Meskipun demikian, perlu dipertimbangkan kemungkinan adanya faktor lain yang turut memengaruhi kesehatan mental anak, seperti dukungan keluarga, pola asuh orang tua, dan iklim sekolah secara umum, yang tidak dianalisis secara khusus dalam penelitian ini. Oleh karena itu, hubungan yang ditemukan tidak dapat diartikan sebagai hubungan sebab-akibat, melainkan hubungan korelasional.

Implikasi dari temuan ini menunjukkan pentingnya peran pendidik dan pihak sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendorong interaksi sosial positif antar siswa. Program pembelajaran kooperatif, penguatan karakter, dan kegiatan sosial berbasis kolaborasi dapat menjadi strategi untuk meningkatkan dukungan teman sebaya dan kesehatan mental anak. Keterbatasan penelitian ini terletak pada ruang lingkup subjek yang terbatas pada satu satuan pendidikan, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih beragam serta mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kesehatan mental anak usia SD/MI.

KESIMPULAN

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa dukungan teman sebaya merupakan faktor kunci dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mental anak Madrasah Ibtidaiyah. Interaksi pertemanan yang ditandai oleh sikap saling membantu, empati, penerimaan, dan kebersamaan berkontribusi pada terbentuknya kestabilan emosi, rasa percaya diri, serta kemampuan sosial yang sehat pada anak. Sebaliknya, minimnya dukungan sosial dari teman sebaya berpotensi melemahkan kesejahteraan psikologis anak, terutama dalam konteks lingkungan sekolah. Hasil ini memperkuat temuan penelitian sebelumnya yang menempatkan kualitas hubungan sosial sebagai salah satu determinan penting kesehatan mental anak usia sekolah. Dalam konteks MI sebagai lembaga pendidikan berbasis nilai-nilai keislaman, prinsip ukhuwah, kepedulian, dan empati memiliki potensi strategis sebagai faktor pelindung yang memperkuat interaksi sosial positif antar peserta didik. Oleh karena itu, implikasi penelitian ini menekankan pentingnya peran guru dan sekolah dalam membangun iklim belajar yang aman, inklusif, dan suportif guna mendorong hubungan sosial yang sehat, sehingga kesehatan mental anak dapat berkembang secara optimal dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Salsa, Rezki. 2025. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Konsep Diri Siswa. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*. 230-243. <https://doi.org/10.23969/jp.v10i03.32284>
- Rani, Siti. 2021. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Remaja Di Smpn 1 Jampangkulon Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Health Society*. 75-83. <https://doi.org/10.62094/jhs.v10i2.39>
- Claresta, Mori. Citra. 2025. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Negeri 12 Padang.

- SOCIAL: Jurnal Inovasi Pendidikan IPS. 930-940.
<https://doi.org/10.51878/social.v5i3.6917>
- Nadya, Naharus. Ma'rifatin. 2023. Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Siswa. Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling. 1-8. <https://doi.org/10.20961/jpk.v7i1.66632>
- Muhammad, RR. Dini. 2024. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMAN 57 Jakarta. Ikraith-Humaniora. 34-50. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2.3100>
- Falerisiska, Millia. Cici. 2021. "Dukungan Teman Sebaya Dan Lingkungan Sekolah Dengan Gangguan Mental Emosional Pada Siswa SMK. Prosiding Seminar Kesehatan Perintis.112-118.
<https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/688>
- Adinda, Nasichah. Dara. Maghfy Ray Ramadhan Husny. 2023. Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa BPI UIN Jakarta. Raziq: Jurnal Pendidikan Islam. 174-178.
<https://jurnal.diklinko.id/index.php/raziq/article/view/103>
- Pina Pandu Winata, Yusri. Syahniar. 2017. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Remaja. Prosiding Semarak 50 Tahun Jurusan Bk Fip Unp Seminar Konseling & Talkshow Nasional Padang.
<https://www.gci.or.id/assets/papers/semarak-50th-bk-unp-2017-227.pdf>