

Workshop Deteksi Dini Kesehatan Mental Untuk Meningkatkan Kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mendukung *School Readiness* Siswa SMK di Jakarta Timur

Dewi Justitia ¹, Lucky Nindi Riandika Marfu'i ^{1*}, Rani Anggrainy ², Alvin Ryan A. Dizon ³, Catherine G. Javier ³

¹ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

² Program Studi Pendidikan Teknik Mesin, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

³ College of Arts and Sciences, Batangas State University, Filipina

* Corresponding author: [lucky.nindi@unj.ac.id](mailto: lucky.nindi@unj.ac.id)

To cite this article: Justitia, D., Marfu'i, L.N.R., Anggrainy, R., Dizon, A.R.A., & Javier, C.G. (2026). Workshop Deteksi Dini Kesehatan Mental Untuk Meningkatkan Kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mendukung *School Readiness* Siswa SMK di Jakarta Timur. *Indonesian Journal of Community Service in Education*, 2(4), 181-194. <https://doi.org/10.64421/ijcse.v2i4.116>

Articles Information	Abstract
Received : 14-08-2026 Revised : 05-09-2026 Accepted : 06-09-2026 Published : 30-12-2026	Students' mental health is an important factor influencing school readiness and learning outcomes at the vocational high school level. School counselors play a strategic role in identifying early signs of students' psychological problems; however, their capacity to conduct assessment-based early detection remains limited. This community engagement program aimed to strengthen school counselors' competencies through a workshop on early detection of students' mental health. The program involved 50 vocational high school counselors in East Jakarta and was implemented through needs assessment, training, screening instrument practice, mentoring, and program sustainability activities. The workshop involved an international partner, the Batangas State University, Philippines, and incorporated digital technology into school counseling services. The results indicated that the main stages of the program were successfully implemented with active support from both local and international partners. The program strengthened counselors' capacity to identify students' school readiness and document assessment results digitally. These outcomes can serve as a basis for developing vocational school counseling lesson plans and programs to strengthen students' school readiness in East Jakarta. Keywords: Early Detection; Mental Health; School Counselor; School Readiness Abstrak Kesehatan mental peserta didik menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi kesiapan sekolah (<i>school readiness</i>) serta keberhasilan proses pembelajaran di jenjang sekolah menengah kejuruan. Guru bimbingan dan konseling (BK) memiliki peran strategis dalam mengenali gejala awal permasalahan psikologis siswa, namun masih menghadapi keterbatasan kompetensi dalam pelaksanaan deteksi dini berbasis asesmen. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kompetensi guru BK melalui workshop deteksi dini kesehatan mental siswa. Program dilaksanakan kepada 50 guru BK SMK di Jakarta Timur melalui tahapan identifikasi kebutuhan, pelatihan, praktik penggunaan instrumen skrining, pendampingan, dan penguatan keberlanjutan program. Workshop melibatkan mitra internasional dari Batangas State University, Filipina, serta memanfaatkan teknologi digital dalam layanan BK. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa seluruh tahapan utama program terlaksana dengan baik dan memperoleh dukungan aktif dari mitra lokal maupun internasional. Program ini menghasilkan peningkatan kapasitas guru BK dalam melakukan identifikasi kesiapan sekolah siswa SMK dan persentase kesiapan sekolah siswa hingga pelaporan secara digital dari guru BK SMK di Jakarta Timur. Hasil dari kegiatan ini dapat menjadi acuan penyusunan RPL BK SMK di Jakarta Timur dan program BK dalam meningkatkan kesiapan sekolah siswa SMK di Jakarta Timur. Kata Kunci: Deteksi Dini; Kesehatan Mental; Guru Bimbingan Dan Konseling; Kesiapan Sekolah



1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental peserta didik merupakan salah satu fondasi penting dalam mewujudkan proses pendidikan yang berkualitas. Lingkungan sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat berlangsungnya pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai ruang yang mendukung perkembangan sosial, emosional, dan psikologis peserta didik secara optimal. Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization* [WHO], 2022) menyatakan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan yang memungkinkan individu mengenali potensi dirinya, mampu mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari, bekerja secara produktif, serta berkontribusi terhadap lingkungannya. Pada kelompok remaja, kondisi kesehatan mental yang baik menjadi prasyarat penting bagi keberhasilan belajar, pembentukan identitas diri, kemampuan membangun relasi sosial, serta kesiapan menghadapi berbagai tantangan perkembangan.

Perhatian terhadap kesehatan mental remaja semakin meningkat seiring dengan tingginya prevalensi gangguan psikologis pada kelompok usia sekolah. WHO (2022) melaporkan bahwa sekitar satu dari tujuh remaja berusia 10–19 tahun mengalami masalah kesehatan mental, dengan gangguan kecemasan, depresi, serta masalah perilaku sebagai kondisi yang paling banyak ditemukan. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis peserta didik, tetapi juga berpengaruh terhadap motivasi belajar, kehadiran di sekolah, capaian akademik, hubungan sosial, hingga peningkatan risiko putus sekolah. Oleh karena itu, sekolah dipandang sebagai salah satu lingkungan yang paling strategis untuk melakukan upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan mental peserta didik (WHO, 2022).

Dalam konteks pendidikan, kesehatan mental memiliki hubungan yang erat dengan *school readiness*. Selama ini konsep *school readiness* lebih banyak dipahami sebagai kesiapan akademik peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran. Namun, berbagai kajian menunjukkan bahwa kesiapan sekolah merupakan konsep multidimensional yang mencakup kesiapan kognitif, sosial, emosional, perilaku, serta kemampuan individu untuk beradaptasi dengan tuntutan lingkungan belajar (Snow, 2006). Dengan demikian, peserta didik yang memiliki kondisi psikologis yang sehat akan lebih mampu mengembangkan regulasi emosi, menjalin hubungan positif dengan teman sebaya dan guru, serta berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Sebaliknya, berbagai masalah psikologis yang tidak teridentifikasi sejak dini berpotensi menghambat kesiapan peserta didik dalam mengikuti aktivitas belajar secara optimal.

Perspektif ekologi perkembangan yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner (1979) juga menegaskan bahwa perkembangan individu dipengaruhi oleh interaksi yang dinamis antara karakteristik pribadi dengan berbagai sistem lingkungan, termasuk keluarga, sekolah, dan masyarakat. Sekolah menjadi salah satu *microsystem* yang memiliki pengaruh langsung terhadap perkembangan psikologis peserta didik. Oleh karena itu, penciptaan lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan mental tidak hanya bergantung pada kebijakan institusi, tetapi juga pada kompetensi tenaga pendidik dalam mengenali kebutuhan psikososial peserta didik dan memberikan respons yang tepat terhadap berbagai permasalahan yang muncul.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental pada remaja sering kali muncul dalam bentuk gejala awal yang relatif sulit dikenali apabila guru belum memiliki pengetahuan dan

keterampilan yang memadai. Perubahan perilaku, penurunan motivasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga peningkatan konflik dengan teman sebaya merupakan beberapa indikator awal yang sering kali dianggap sebagai persoalan disiplin atau penyesuaian diri biasa. Padahal, kondisi tersebut dapat menjadi sinyal awal adanya gangguan psikologis yang memerlukan perhatian lebih lanjut (Loades et al., 2020). Keterlambatan dalam mengenali gejala awal tersebut dapat menyebabkan peserta didik kehilangan kesempatan memperoleh layanan pendampingan yang sesuai pada tahap awal perkembangan masalah.

Dalam sistem pendidikan Indonesia, guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki tanggung jawab profesional dalam memfasilitasi perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier peserta didik melalui layanan yang komprehensif. Gysbers dan Henderson (2012) menjelaskan bahwa program bimbingan dan konseling komprehensif tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah, tetapi juga menekankan upaya pencegahan (*prevention*), pengembangan (*development*), dan advokasi bagi seluruh peserta didik. Dengan demikian, guru BK tidak hanya berperan sebagai konselor yang memberikan layanan ketika masalah telah terjadi, tetapi juga sebagai agen promotif dan preventif yang mampu mengidentifikasi berbagai faktor risiko sebelum berkembang menjadi permasalahan yang lebih kompleks.

Peran strategis guru BK tersebut menuntut penguasaan kompetensi yang tidak hanya mencakup keterampilan konseling, tetapi juga kemampuan melakukan asesmen awal terhadap kondisi psikologis peserta didik. Salah satu bentuk asesmen yang dapat dilakukan di lingkungan sekolah adalah deteksi dini melalui penggunaan instrumen skrining sederhana yang bersifat non-klinis. Menurut Weare (2015), pendekatan promotif dan preventif berbasis sekolah akan lebih efektif apabila guru memiliki kemampuan mengenali indikator awal masalah kesehatan mental sehingga intervensi dapat dilakukan secara lebih cepat, tepat, dan proporsional. Deteksi dini tidak dimaksudkan untuk menegakkan diagnosis klinis, melainkan sebagai proses identifikasi awal terhadap peserta didik yang memerlukan perhatian, pemantauan, atau rujukan lebih lanjut kepada tenaga profesional yang berwenang.

Meskipun demikian, implementasi deteksi dini kesehatan mental di sekolah masih menghadapi berbagai tantangan. Sebagian guru BK masih mengalami keterbatasan dalam memahami penggunaan instrumen skrining, menginterpretasikan hasil asesmen, maupun menentukan tindak lanjut yang sesuai dengan karakteristik permasalahan peserta didik. Di sisi lain, meningkatnya kompleksitas permasalahan psikososial remaja akibat perkembangan teknologi digital, perubahan pola interaksi sosial, tekanan akademik, serta dinamika keluarga semakin memperkuat kebutuhan akan peningkatan kapasitas guru BK dalam memberikan layanan yang berbasis data dan berorientasi pada pencegahan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengembangan kompetensi guru BK dalam deteksi dini kesehatan mental merupakan salah satu strategi penting untuk memperkuat layanan bimbingan dan konseling sekaligus mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang lebih responsif terhadap kebutuhan perkembangan peserta didik.

2. MASALAH DAN SASARAN

Dalam bagian ini, penulis akan menjelaskan permasalahan yang dialami oleh para guru BK atau konselor sekolah di tingkat sekolah SMK di Jakarta Timur yang merasa belum menemukan tahapan tertentu yang sesuai untuk melakukan deteksi dini kesehatan mental berkaitan dengan *school readiness* atau kesiapan sekolah siswa SMK. Relevansi kegiatan ini di konteks guru BK SMK atau konselor sekolah di wilayah Jakarta Timur adalah sesuai kebutuhan saat ini di masa penerimaan siswa baru yang baru menjalankan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS). Berdasarkan hal tersebut, maka untuk penjelasan masalah dan sasaran program ini dideskripsikan sebagai berikut.

2.1. Masalah Guru BK SMK di Wilayah Jakarta Timur

Sebagai tenaga profesional yang bertanggung jawab terhadap layanan bimbingan dan konseling, guru BK memiliki peran penting dalam melakukan upaya promotif dan preventif melalui deteksi dini kondisi psikologis peserta didik. Namun, berdasarkan hasil koordinasi awal dan *need assessment* yang dilakukan bersama Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) SMK Jakarta Timur sebelum pelaksanaan program, ditemukan bahwa sebagian besar guru BK belum memiliki prosedur operasional yang sistematis dalam melakukan deteksi dini kesehatan mental siswa, khususnya pada masa awal peserta didik memasuki lingkungan sekolah.

Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa layanan asesmen yang selama ini dilakukan masih berfokus pada pengumpulan data identitas, riwayat pendidikan, maupun pemetaan minat dan bakat peserta didik. Aspek kesehatan mental sebagai bagian dari kesiapan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran belum menjadi komponen asesmen yang dilakukan secara terstruktur. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain keterbatasan pengetahuan mengenai indikator awal permasalahan psikologis, belum optimalnya pemanfaatan instrumen skrining sederhana yang sesuai dengan konteks sekolah, serta kurangnya pelatihan yang mengintegrasikan teori, praktik asesmen, dan tindak lanjut hasil deteksi dini.

Permasalahan tersebut semakin relevan pada periode Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS), yaitu masa transisi ketika siswa baru mulai beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru. Pada tahap ini guru BK memerlukan informasi yang akurat mengenai kondisi psikologis peserta didik agar dapat mengidentifikasi siswa yang memerlukan layanan pendampingan sejak dini. Akan tetapi, sebagian besar guru BK menyampaikan bahwa mereka masih mengalami kesulitan dalam menentukan indikator yang perlu diamati, memilih instrumen yang sesuai, menginterpretasikan hasil asesmen, serta menyusun tindak lanjut berdasarkan hasil deteksi dini.

Selain aspek kompetensi teknis, hasil identifikasi kebutuhan juga menunjukkan bahwa pemanfaatan teknologi digital dalam layanan asesmen BK masih terbatas. Pengumpulan data peserta didik umumnya masih dilakukan secara manual sehingga proses pengolahan data membutuhkan waktu yang relatif lama dan menyulitkan guru BK dalam melakukan pemetaan kondisi siswa secara cepat. Padahal, penggunaan formulir digital dan pengelolaan data berbasis teknologi dapat meningkatkan efisiensi, akurasi, serta mempermudah

proses pengambilan keputusan dalam layanan bimbingan dan konseling.

Berdasarkan kondisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa permasalahan utama yang dihadapi guru BK SMK di Jakarta Timur bukan terletak pada rendahnya kepedulian terhadap kesehatan mental siswa, melainkan pada belum tersedianya penguatan kompetensi yang komprehensif mengenai deteksi dini kesehatan mental yang terintegrasi dengan konsep *school readiness*, penggunaan instrumen skrining yang aplikatif, pemanfaatan teknologi digital, serta strategi tindak lanjut yang dapat diterapkan secara langsung dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan program penguatan kapasitas yang dirancang secara sistematis agar guru BK memiliki pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri dalam melaksanakan deteksi dini kesehatan mental peserta didik sejak awal mereka memasuki lingkungan sekolah.

2.2. Komunitas Sasaran

Komunitas sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Wilayah Jakarta Timur yang beranggotakan guru BK dari berbagai SMK negeri maupun swasta di wilayah Jakarta Timur. Pelaksanaan kegiatan bekerja sama dengan Suku Dinas Pendidikan Wilayah I Kota Administrasi Jakarta Timur, MGBK SMK Jakarta Timur, dan SMK Negeri 26 Jakarta sebagai sekolah tuan rumah penyelenggara kegiatan.

Peserta program berjumlah 50 orang guru Bimbingan dan Konseling yang secara aktif memberikan layanan konseling, asesmen kebutuhan peserta didik, layanan preventif, layanan responsif, serta pendampingan perkembangan akademik, pribadi, sosial, dan karier siswa di sekolah masing-masing. Seluruh peserta dipilih berdasarkan rekomendasi MGBK SMK Jakarta Timur dengan mempertimbangkan keterlibatan mereka dalam pelaksanaan layanan BK, khususnya pada kegiatan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) Tahun Ajaran 2026/2027.

Pemilihan komunitas sasaran tersebut didasarkan pada kebutuhan nyata yang muncul pada awal tahun ajaran baru, yaitu ketika guru BK memiliki tanggung jawab untuk melakukan identifikasi kondisi peserta didik baru sebagai dasar penyusunan program layanan bimbingan dan konseling. Dengan meningkatkan kompetensi guru BK dalam melakukan deteksi dini kesehatan mental berbasis *school readiness*, diharapkan proses identifikasi kebutuhan peserta didik dapat dilakukan secara lebih sistematis sehingga siswa yang memerlukan layanan pendampingan dapat dikenali lebih awal dan memperoleh intervensi yang sesuai.

3. METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui kegiatan workshop dan melampaui lima tahap kegiatan. Beberapa hal dapat dijelaskan pada bagian metode pelaksanaan ini meliputi pendekatan dan jenis aktivitas, lokasi dan peserta, tahapan implementasi kegiatan, dan pemantauan dan evaluasi.

3.1. Pendekatan dan Jenis Aktivitas

Pelaksanaan program mengintegrasikan prinsip **experiential learning**, yaitu peserta memperoleh pemahaman melalui kombinasi penyampaian materi, diskusi, simulasi, praktik penggunaan instrumen, refleksi pengalaman, serta penyusunan rencana tindak lanjut yang dapat langsung diterapkan di sekolah. Selain itu, kegiatan juga mengadopsi pendekatan **community of practice** dengan melibatkan Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) SMK Jakarta Timur sebagai wadah pembelajaran profesional yang memungkinkan peserta saling berbagi pengalaman, mendiskusikan kasus, dan memperkuat jejaring kolaborasi setelah pelatihan selesai. Aktivitas pada kegiatan pengabdian ini berupa pendampingan melalui setting workshop interaktif dan sosialisasi analisis kebutuhan siswa baru. Kegiatan **sosialisasi dan analisis kebutuhan** (*need assessment*) untuk mengidentifikasi kondisi awal, tantangan, dan kebutuhan guru BK terkait deteksi dini kesehatan mental siswa. Sedangkan **workshop interaktif** yang memadukan penyampaian konsep, studi kasus, diskusi kelompok, simulasi (*role play*), dan praktik penggunaan instrumen deteksi dini kesehatan mental.

3.2. Lokasi dan Peserta

Lokasi pelaksanaan program pengabdian masyarakat melalui program EQUITY ini dilaksanakan di Aula SMK Negeri 26 Jakarta dan diikuti oleh 50 orang guru BK SMK di Wilayah Jakarta Timur. Untuk sesi ke-dua dan tiga pelaksanaannya melalui daring via zoom meeting.

3.3. Tahapan Implementasi

Program pengabdian ini dilaksanakan melalui lima tahapan yang saling berkesinambungan sebagaimana dijelaskan pada tahapan implementasi berikut ini.

3.3.1. Sosialisasi dan identifikasi kebutuhan

Tahap awal diawali dengan koordinasi bersama Suku Dinas Pendidikan Wilayah I Jakarta Timur, Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) SMK Jakarta Timur, serta SMK Negeri 26 Jakarta sebagai mitra pelaksana. Kegiatan bertujuan memperkenalkan program sekaligus membangun kesepahaman mengenai pentingnya deteksi dini kesehatan mental peserta didik. Selanjutnya, melakukan need assessment melalui penyebaran kuesioner dan wawancara singkat kepada guru BK untuk memperoleh informasi mengenai tingkat pemahaman awal, pengalaman melakukan asesmen psikologis di sekolah, tantangan yang dihadapi, serta harapan terhadap materi pelatihan. Hasil analisis kebutuhan digunakan sebagai dasar penyusunan materi workshop sehingga sesuai dengan kondisi nyata di lapangan.

3.3.2. Pelaksanaan workshop

Workshop dilaksanakan secara tatap muka dengan melibatkan narasumber nasional dari Universitas Negeri Jakarta serta narasumber internasional dari **Batangas State University, Filipina**. Materi pelatihan disusun secara bertahap yang meliputi:

- konsep *school readiness* dan kesehatan mental remaja;

- pengenalan indikator awal permasalahan psikologis siswa SMK;
- penggunaan instrumen skrining sederhana yang bersifat non-klinis;
- interpretasi hasil asesmen;
- penyusunan rencana tindak lanjut layanan BK.

Metode pembelajaran menggunakan kombinasi ceramah interaktif, diskusi kelompok, studi kasus, simulasi (*role play*), serta praktik langsung penggunaan instrumen sehingga peserta memperoleh pengalaman belajar yang aplikatif.

3.3.3. Penerapan teknologi dalam layanan BK

Sebagai bagian dari peningkatan kompetensi digital, peserta memperoleh pelatihan mengenai penggunaan teknologi sederhana untuk mendukung layanan bimbingan dan konseling. Aktivitas yang dilakukan meliputi:

- penyusunan instrumen skrining berbasis Google Forms;
- pengumpulan data secara daring;
- pengelolaan data hasil asesmen;
- pendampingan analisis data deteksi dini kesiapan sekolah
- penyusunan laporan hasil deteksi dini secara digital
- penyimpanan dokumen layanan BK secara digital.

Selain itu, seluruh peserta memperoleh modul elektronik, panduan penggunaan instrumen, serta lembar kerja yang dapat dimanfaatkan kembali pada saat melaksanakan layanan di sekolah masing-masing.

3.3.4. Pendampingan dan evaluasi

Setelah workshop selesai, tim pengabdian melakukan pendampingan implementasi selama 1-3 bulan melalui konsultasi daring maupun kunjungan terbatas sesuai kebutuhan mitra. Pendampingan difokuskan pada:

- penggunaan instrumen deteksi dini selama kegiatan MPLS;
- interpretasi hasil skrining;
- penyusunan laporan hasil asesmen;
- penyusunan rekomendasi layanan BK berdasarkan kondisi siswa.

Pada tahap ini peserta diberikan penugasan berupa penyusunan **laporan hasil deteksi dini kesiapan sekolah (*school readiness*)** berdasarkan pelaksanaan asesmen terhadap siswa baru setelah kegiatan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS). Laporan tersebut digunakan sebagai bentuk implementasi kompetensi yang telah diperoleh selama workshop.

3.3.5. Keberlanjutan program

Untuk menjaga keberlanjutan program, tim pengabdian bersama MGBK SMK Jakarta Timur mengembangkan strategi berupa pembentukan **komunitas praktik (*community of practice*)** sebagai

media berbagi pengalaman, diskusi kasus, dan penguatan kompetensi secara berkelanjutan. Selain itu, seluruh modul, instrumen asesmen, serta panduan implementasi diserahkan kepada peserta sehingga dapat dimanfaatkan sebagai acuan pelaksanaan layanan BK di sekolah masing-masing.

3.4. Pemantauan dan Evaluasi

Pre-test diberikan kepada seluruh peserta sebelum pelaksanaan workshop untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal mengenai konsep kesehatan mental, *school readiness*, serta deteksi dini permasalahan psikologis peserta didik. Analisis hasil pre-test digunakan sebagai dasar penyesuaian strategi penyampaian materi selama pelatihan. Selama workshop berlangsung, tim pengabdian melakukan observasi terhadap partisipasi peserta pada kegiatan diskusi, simulasi, praktik penggunaan instrumen, serta penyelesaian studi kasus. Observasi ini bertujuan mengetahui keterlibatan peserta dan ketercapaian setiap sesi pelatihan. Berbeda dengan evaluasi berbasis tes tertulis, keberhasilan program diukur melalui penugasan implementatif berupa penyusunan **laporan deteksi dini kesehatan mental dan *school readiness*** terhadap siswa baru setelah kegiatan MPLS di sekolah masing-masing. Penugasan ini memberikan gambaran mengenai kemampuan peserta dalam mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama workshop ke dalam praktik layanan BK.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Kegiatan Pengabdian

Hasil pre-test terhadap 50 peserta menunjukkan bahwa guru BK SMK di Jakarta Timur pada dasarnya telah memiliki pemahaman awal yang cukup baik mengenai kesehatan mental siswa. Peserta mampu mengidentifikasi kesehatan mental melalui aspek psikologis, emosional, dan sosial serta menghubungkannya dengan motivasi belajar, konsentrasi, interaksi sosial, prestasi, dan kesiapan siswa mengikuti pembelajaran. Peserta juga relatif mampu mengenali tanda-tanda awal permasalahan psikologis, seperti perubahan suasana hati, menarik diri, kecemasan, penurunan motivasi, kesulitan berkonsentrasi, penurunan kehadiran, dan perubahan perilaku. Meskipun demikian, pemahaman tersebut belum sepenuhnya berkembang menjadi kemampuan deteksi dini yang sistematis. Jawaban peserta lebih banyak menunjukkan penggunaan observasi, pendekatan personal, wawancara, dan konseling, sedangkan tahapan penggunaan instrumen skrining, interpretasi hasil, dokumentasi, serta penentuan tindak lanjut berbasis hasil asesmen belum muncul secara konsisten. Temuan ini memperlihatkan bahwa kebutuhan utama peserta bukan semata-mata pengenalan konsep kesehatan mental, tetapi penguatan keterampilan praktis untuk mengintegrasikan identifikasi kesehatan mental dengan asesmen *school readiness* secara terstruktur. Kondisi tersebut menjadi dasar penting bagi pelaksanaan workshop, khususnya pada praktik penggunaan instrumen deteksi dini dan penyusunan laporan hasil asesmen siswa setelah MPLS.

Workshop "**Deteksi Dini Kesehatan Mental Siswa sebagai Upaya Peningkatan *School Readiness* untuk Guru BK SMK di Jakarta Timur**" telah dilaksanakan di Aula SMK Negeri 26 Jakarta dengan melibatkan 50 Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dari SMK Wilayah I Jakarta Timur. Kegiatan ini

merupakan bagian dari Program Pengabdian kepada Masyarakat (P2M) Internasional yang diselenggarakan oleh Tim Dosen Universitas Negeri Jakarta (UNJ) bekerja sama dengan Batangas State University, Filipina. Selain melibatkan mitra internasional, kegiatan ini juga mendapat dukungan dari Kepala Suku Dinas Pendidikan Wilayah I Jakarta Timur dan Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) SMK Jakarta Timur sebagai mitra sasaran dalam pelaksanaan program.

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh Ketua Tim Pelaksana, **Dr. Dewi Justitia, M.Pd., Kons.**, yang menyampaikan tujuan, urgensi, serta manfaat kegiatan bagi peningkatan kompetensi Guru BK dalam melakukan deteksi dini kesehatan mental peserta didik. Sambutan juga disampaikan oleh Kepala Suku Dinas Pendidikan Wilayah I Jakarta Timur, **Bapak M. Fahmi**, yang memberikan apresiasi atas kolaborasi antara Universitas Negeri Jakarta dan Batangas State University dalam meningkatkan kapasitas Guru BK. Selanjutnya peserta mengikuti sesi penyampaian materi oleh narasumber dari Batangas State University, yaitu **Dr. Alvin Ryan A. Dizon** dan **Mrs. Catherine G. Javier**, yang memaparkan praktik layanan kesehatan mental berbasis sekolah di Filipina. Materi juga diperkuat oleh narasumber dari Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta, yaitu **Dr. Iriani Indri Hapsari, M. Psi., Psikolog** dan **Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog**, mengenai deteksi dini kesehatan mental, penggunaan instrumen skrining sederhana, studi kasus, diskusi kelompok, dan simulasi penerapan layanan preventif di sekolah.



Gambar 1. (a) Pelaksanaan Workshop Secara Luring dan (b) Booklet Deteksi Dini Kesiapan Sekolah Siswa SMK

Pada kegiatan sesi 2, tim pengabdian masyarakat dosen UNJ melakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian lanjutan melalui sesi daring. Dalam hal ini tim dosen UNJ yaitu Ibu Dr. Dewi Justitia, M. Pd., Kons. dan Ibu Lucky Nindi Riandika Marfu'i, M. Pd. melakukan pendampingan penyusunan laporan deteksi dini kesiapan sekolah dan pengumpulan dana deteksi dini kesiapan sekolah. Hal ini dilaksanakan pertemuan melalui *zoom meeting* selama tiga kali pertemuan. Dalam pertemuan pertama di sesi 2 ini membahas teknis pengumpulan data kepada siswa dan penyusunan instrumen deteksi dini kesiapan sekolah secara digital. Pertemuan ke-2 membahas mengenai struktur laporan deteksi dini tiap sekolah SMK di Jakarta Timur. Selanjutnya pada pertemuan ke-3 sesi 2 ini digunakan untuk membahas dan melakukan pendampingan mengenai koreksi bersama ketepatan dalam analisis data untuk penyusunan laporan deteksi dini kesiapan sekolah siswa. Data yang terkumpul dari siswa SMK di Jakarta Timur hingga tanggal 10

Agustus 2026 sebanyak 554 siswa SMK dengan laporan deteksi dini kesiapan sekolah yang terkumpul adalah 11 sekolah SMK dari 11 guru BK SMK di Jakarta Timur.

Tabel 1. Hasil Kategorisasi Deteksi Dini Kesiapan Sekolah Siswa SMK di Jakarta Timur

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	161	29,06%
Sedang	231	41,70%
Tinggi	162	29,24%

Berdasarkan tabel tersebut bahwa dari 24 SMK di Jakarta Timur dengan jumlah siswa 554 siswa dominan dalam kategori sedang dengan persentase 41,70%. Namun, selisih kategori tinggi dan rendah tidak banyak bahkan persentase siswa dengan kesiapan sekolah tinggi dan rendah hanya selisih 0,18%. Hal ini menjadi perhatian khusus bahwa persentase siswa SMK di Jakarta Timur masih memiliki kesiapan sekolah yang rendah cukup banyak.

4.2. Pembahasan

Hasil deteksi dini terhadap 554 siswa menunjukkan bahwa **231 siswa (41,70%) berada pada kategori sedang, 162 siswa (29,24%) berada pada kategori tinggi, dan 161 siswa (29,06%) berada pada kategori rendah.** Dominannya kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kondisi yang belum dapat langsung dikategorikan sebagai masalah serius, tetapi tetap memerlukan perhatian dalam konteks layanan perkembangan dan pencegahan. Temuan ini penting karena deteksi dini sebaiknya tidak dipahami sebagai proses untuk memberikan label kepada siswa, melainkan sebagai dasar untuk menentukan **tingkat kebutuhan dukungan.** Dengan pendekatan demikian, kategori sedang dapat menjadi dasar bagi guru BK untuk memberikan layanan promotif dan preventif, pemantauan berkala, maupun bimbingan kelompok sesuai kebutuhan siswa.

Pada saat yang sama, proporsi kategori rendah sebesar 29,06% menunjukkan bahwa hampir tiga dari sepuluh siswa yang terdata berada pada kelompok yang membutuhkan perhatian lebih lanjut. Angka tersebut tidak dapat ditafsirkan sebagai prevalensi gangguan kesehatan mental karena instrumen yang digunakan dalam program merupakan instrumen deteksi dini dan bukan alat diagnosis klinis. Namun demikian, temuan tersebut memberikan sinyal praktis bagi guru BK bahwa terdapat kelompok siswa yang perlu mendapatkan asesmen lanjutan, pemantauan, layanan konseling, atau rujukan apabila ditemukan indikasi masalah yang berada di luar kompetensi layanan sekolah.

Temuan ini memperkuat pentingnya deteksi dini di lingkungan sekolah. Mental health literacy memungkinkan tenaga pendidikan mengenali tanda-tanda permasalahan psikologis dan memahami kapan siswa memerlukan bantuan lebih lanjut. Ma et al. (2023) menunjukkan bahwa intervensi literasi kesehatan mental berbasis sekolah memiliki relevansi terhadap peningkatan kemampuan mengenali masalah dan mendorong pencarian bantuan (*help-seeking*). Dalam konteks kegiatan ini, data 554 siswa memberikan nilai tambah karena guru BK tidak lagi hanya mengandalkan kesan subjektif atau pengamatan individual, tetapi memperoleh gambaran yang lebih terstruktur mengenai kesiapan sekolah siswa. Dengan demikian, data

hasil deteksi dapat menjadi dasar penyusunan program BK yang lebih responsif terhadap kebutuhan aktual peserta didik.

Hal yang perlu mendapat perhatian khusus adalah selisih antara kategori tinggi dan rendah yang relatif kecil, yaitu hanya **0,18 poin persentase**. Laporan kegiatan menyatakan bahwa kondisi tersebut perlu menjadi perhatian karena proporsi siswa dengan kesiapan sekolah rendah masih cukup besar. Dari sudut pandang layanan BK, temuan ini memiliki implikasi penting. Kelompok siswa dengan kategori rendah tidak seharusnya langsung diperlakukan sebagai siswa bermasalah. Sebaliknya, hasil tersebut dapat digunakan sebagai **indikator kebutuhan dukungan**. Guru BK dapat melakukan asesmen lanjutan untuk memahami faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya kesiapan sekolah, misalnya kesulitan adaptasi, masalah hubungan sosial, kecemasan, motivasi belajar, kondisi keluarga, atau faktor lingkungan sekolah.

Pendekatan tersebut konsisten dengan prinsip intervensi bertingkat dalam kesehatan mental berbasis sekolah. Sekolah dapat memberikan dukungan universal kepada seluruh siswa, dukungan terarah kepada kelompok yang memiliki faktor risiko, dan layanan individual atau rujukan bagi siswa yang menunjukkan kebutuhan lebih intensif. Dengan demikian, hasil skrining berfungsi sebagai **pintu masuk pengambilan keputusan layanan**, bukan sebagai diagnosis. Hal ini juga memperkuat pentingnya kompetensi interpretasi hasil bagi guru BK. Guru tidak cukup hanya mengetahui skor atau kategori siswa, tetapi perlu mampu menjawab pertanyaan profesional: *Apa arti hasil tersebut? Apa yang perlu dilakukan? Apakah siswa membutuhkan pemantauan, konseling, intervensi kelompok, atau rujukan?* Oleh sebab itu, pendampingan analisis data yang dilakukan dalam program merupakan komponen penting dalam memastikan hasil deteksi dapat diterjemahkan menjadi layanan yang tepat.

Program ini juga memperlihatkan bahwa teknologi digital dapat digunakan untuk memperkuat efisiensi proses asesmen dan dokumentasi layanan BK. Peserta memperoleh pelatihan penggunaan Google Forms untuk penyusunan instrumen, pengumpulan data, pengelolaan hasil asesmen, analisis data, serta penyusunan laporan secara digital. Pemanfaatan teknologi menjadi signifikan karena proses deteksi dini melibatkan data dalam jumlah cukup besar. Pengumpulan data terhadap 554 siswa akan menjadi lebih sulit apabila seluruh proses dilakukan secara manual. Penggunaan platform digital memungkinkan data dikumpulkan secara lebih terstruktur dan memudahkan proses pengolahan serta dokumentasi.

Temuan ini sejalan dengan Costardi et al. (2023), yang menunjukkan bahwa intervensi kesehatan mental digital bagi guru memiliki potensi memperluas akses terhadap dukungan dan menyediakan alat yang relatif mudah digunakan tanpa memerlukan perubahan struktural yang besar. Kajian Ohrt et al. (2020) dan Dinnen et al. (2024) sama-sama menunjukkan pentingnya memperhatikan metode penyampaian dan implementasi dalam pengembangan kapasitas tenaga pendidikan. Dengan demikian, keberadaan pendampingan dalam program ini dapat dipandang sebagai salah satu faktor yang mendukung terjadinya transfer kompetensi dari kegiatan pelatihan ke praktik layanan BK.

Data implementasi menunjukkan bahwa hingga 10 Agustus 2026 telah terkumpul informasi dari 554 siswa dan 11 sekolah, sehingga program menghasilkan basis data awal yang dapat digunakan untuk

memahami kebutuhan siswa pada konteks SMK Jakarta Timur. Kontribusi tersebut sejalan dengan perkembangan kajian mengenai penguatan kapasitas tenaga pendidikan dalam kesehatan mental. Meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa intervensi literasi kesehatan mental bagi guru dapat meningkatkan pengetahuan dan beberapa aspek perilaku membantu siswa (Liang et al., 2026). Sementara itu, systematic review Prabhu et al. (2025) memperlihatkan bahwa peningkatan literasi kesehatan mental pada guru sekolah menengah merupakan area penting yang masih membutuhkan pengembangan intervensi dan evaluasi lebih lanjut.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian **“Workshop Deteksi Dini Kesehatan Mental Siswa sebagai Upaya Peningkatan *School Readiness* untuk Guru BK SMK di Jakarta Timur”** menunjukkan bahwa penguatan kapasitas guru BK melalui pelatihan, praktik asesmen, pemanfaatan teknologi digital, dan pendampingan dapat mendukung penerapan deteksi dini kesehatan mental dan kesiapan sekolah siswa secara lebih sistematis. Sebelum workshop ini dilaksanakan sebanyak 25% guru BK SMK belum melakukan deteksi dini kesehatan mental, namun dengan adanya program pendampingan ini maka guru BK melakukan asesmen deteksi dini sejak setelah MPLS usai. Program yang melibatkan 50 guru BK ini berhasil menghasilkan implementasi deteksi dini pada 554 siswa dari 11 SMK, dengan hasil 41,70% siswa berada pada kategori kesiapan sekolah sedang, 29,24% kategori tinggi, dan 29,06% kategori rendah. Temuan tersebut memberikan gambaran awal mengenai kebutuhan layanan siswa sekaligus menjadi dasar bagi guru BK dalam merancang layanan yang lebih preventif dan berbasis data. Keterlibatan University of Batangas sebagai mitra internasional, MGBK dan mitra pendidikan lokal, serta pendampingan dalam pengolahan data dan penyusunan laporan turut memperkuat keberlanjutan program. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesiapan guru BK dalam melakukan deteksi dini, tetapi juga menghasilkan praktik dan data awal yang dapat dimanfaatkan sebagai pertimbangan dalam penyusunan program BK dan penguatan *school readiness* siswa SMK di Jakarta Timur.

Rencana tindak lanjut berdasarkan hasil kegiatan ini yakni perlu adanya penyusunan buku profile deteksi dini kesiapan sekolah siswa untuk memudahkan seluruh guru BK di Jakarta Timur menentukan layanan BK di sekolahnya. Rencana tindak lanjut tersebut dapat disusun berdasarkan skrining awal deteksi dini ini dari laporan masing-masing sekolah. Hasil data deskriptif pada laporan individu masing-masing sekolah dapat ditindaklanjuti dengan program pendampingan lanjutan untuk menyusun “booklet strategi mempersiapkan diri di lingkungan sekolah baru” dengan berkolaborasi bersama guru BK SMK di Jakarta Timur dengan mempertimbangkan persentase kategorisasi tingkat kesiapan sekolah siswanya. Dari seluruh responden, ada satu sekolah yang memiliki siswa dengan persentase kesiapan sekolah rendah dalam kategori tinggi. Hal ini juga menjadi perhatian tim pengabdian masyarakat yang melaksanakan untuk menindaklanjuti melalui program penyuluhan di sekolah-sekolah tersebut untuk meningkatkan kesiapan sekolah siswa-siswanya.

6. UCAPAN TERIMAKASIH

Para penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada lembaga, organisasi, atau individu yang mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Para penulis utamanya mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya pada penyandang dana LPDP yang melalui Program EQUITY mendanai kegiatan ini sehingga kegiatan dapat berjalan lancar. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Suku Dinas Pendidikan Wilayah I Jakarta Timur, Ketua Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) SMK Jakarta Timur, dan Kepala Sekolah SMK Negeri 26 Jakarta yang telah menyukseskan terlaksananya kegiatan ini dengan dukungan penuh.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Costardi, C. G., D'agostini, A. C. C., Pan, P. M., & Bressan, R. A. (2023). Digital mental health interventions for school teachers: A narrative review. *Early Intervention in Psychiatry*, 17(8), 749–758. <https://doi.org/10.1111/eip.13431>
- Dinnen, H. L., Litvitskiy, N. S., & Flaspohler, P. D. (2024). Effective teacher professional development for school-based mental health promotion: A review of the literature. *Behavioral Sciences*, 14(9), 780. <https://doi.org/10.3390/bs14090780>
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2012). *Developing and managing your school guidance and counseling program* (5th ed.). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Ji, Y., & An, Z. (2023). Effects of evidence-based intervention on teachers' mental health literacy: Systematic review and a meta-analysis. *Sustainability*, 15(11), 8981. <https://doi.org/10.3390/su15118981>
- Liang, C., Zhang, X., & Chen, Y. (2026). Meta-analysis of the effects of mental health literacy intervention on teachers: Knowledge, stigma, help-seeking, and helping. *Frontiers in Psychology*, 16, 1700220. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1700220>
- Liao, Y., Ameyaw, M. A., Liang, C., & Li, W. (2023). Research on the effect of evidence-based intervention on improving students' mental health literacy led by ordinary teachers: A meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 949. <https://doi.org/10.3390/ijerph20020949>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., ... Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(11), 819–827. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30226-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30226-7)

- Ma, K. K. Y., Anderson, J. K., & Burn, A.-M. (2023). Review: School-based interventions to improve mental health literacy and reduce mental health stigma: A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 28(2), 230–240. <https://doi.org/10.1111/camh.12543>
- Ma, K. K. Y., Burn, A.-M., & Anderson, J. K. (2023). Review: School-based mental health literacy interventions to promote help-seeking: A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 28(3), 408–424. <https://doi.org/10.1111/camh.12609>
- Ohrt, J. H., Deaton, J. D., Linich, K., Guest, J. D., Wymer, B., & Sandonato, B. (2020). Teacher training in K–12 student mental health: A systematic review. *Psychology in the Schools*, 57(5), 833–846. <https://doi.org/10.1002/pits.22356>
- Prabhu, S. G., Mallikarjun, P. K., Palmer, A., et al. (2025). Mental health literacy in secondary school teachers and interventions to improve it: A systematic review and narrative synthesis. *Journal of Mental Health*, 34(4), 476–495. <https://doi.org/10.1080/09638237.2024.2426994>
- Snow, K. L. (2006). *Measuring school readiness: Conceptual and practical considerations*. Washington, DC: National Center for Education Statistics.
- Weare, K. (2015). *What works in promoting social and emotional well-being and responding to mental health problems in schools?* London, United Kingdom: National Children's Bureau.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Yamaguchi, S., Foo, J. C., Nishida, A., Ogawa, S., Togo, F., & Sasaki, T. (2020). Mental health literacy programs for school teachers: A systematic review and narrative synthesis. *Early Intervention in Psychiatry*, 14(1), 14–25. <https://doi.org/10.1111/eip.12793>