



Membangun Literasi Kesehatan Mental Siswa dalam Perspektif Hukum (Sosialisasi Abdimas di SMA Negeri 1 Pangkah Kabupaten Tegal)

(*Building Mental Health Literacy of Students in a Legal Perspective*
(*Socialization of Community Service at SMA Negeri 1 Pangkah, Tegal Regency*)

Soesi Idayanti ^{1*}, Moh.Taufik ², Sugiyanto Sugiyanto ³, Moh Khamim ⁴

¹⁻⁴ Universitas Pancasakti Tegal, Indonesia

Email: soesi_idayanti@upstegal.ac.id *

Article History:

Received: Mei 14, 2025;

Revised: Mei 28, 2025;

Accepted: Juni 12, 2025;

Online Available: Juni 18, 2025;

Keywords: Legal Perspective,
Mental Health Literacy, Students,

Abstract, Education is not only about academic knowledge, but also about the overall balance between body and mind. Amidst increasing academic demands and constant social pressures, students' mental health is a crucial aspect that should not be ignored. Mental health literacy in a legal perspective is the foundation for academic success, healthy social interactions and overall quality of life. In the educational environment, we often talk about achievement, grades and preparation for the future, but we often forget that students' mental health is an important foundation for achieving such success. Mental health disorders such as anxiety, depression or stress that are not addressed can interfere with concentration in learning, healthy social interactions, and even general physical health. Therefore, it is important for us to start building mental health literacy in a legal perspective among students. By knowing the symptoms that may appear, preventive measures that can be taken and available sources of support, we can help create an inclusive, caring and supportive educational environment for students' mental well-being. Many countries have specific regulations that cover aspects of mental health literacy in the educational environment, including students' rights related to access to services and protection from discrimination. Student mental health literacy from a legal perspective involves the application of legal principles in the context of protecting and fulfilling students' rights related to mental health in the educational environment. Mental health literacy from a legal perspective as an integral part of individual well-being is gaining increasing emphasis in the legal realm. Protection of individual mental health does not only rely on medical aspects, but is also closely intertwined with the rights and regulations that accompany it. Education, advocacy, and cross-sector collaboration are key in efforts to improve mental health protection from a legal perspective that includes interrelated social, educational, health, and legal aspects. Through a better understanding of this background, regulations and policies can be developed to better protect and support students' mental health in educational institutions.

Abstrak

Pendidikan bukan hanya tentang pengetahuan akademis, tetapi juga tentang keseimbangan yang menyeluruh antara tubuh dan pikiran. Ditengah tuntutan akademis yang meningkat dan tekanan social yang konstan, kesehatan mental siswa merupakan aspek krusial yang tidak boleh diabaikan. Literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum merupakan fondasi bagi keberhasilan akademis, interaksi social yang sehat dan kualitas hidup secara keseluruhan. Dalam lingkungan Pendidikan, kita sering berbicara prestasi, nilai dan persiapan untuk masa depan, namun seringkali kita lupa bahwa kesehatan mental pelajar adalah fondasi yang penting untuk meraih kesuksesan tersebut. Gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi atau stress yang tidak teratasi dapat mengganggu konsentrasi belajar, interaksi social yang sehat, bahkan kesehatan fisik secara umum. Maka

dari itu penting bagi kita untuk mulai membangun literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum kalangan pelajar. Dengan mengetahui gejala-gejala yang mungkin muncul, langkah-langkah pencegahan yang dapat diambil dan sumber-sumber bantuan yang tersedia, kita dapat membantu menciptakan lingkungan pendidikan yang inklusif, peduli dan mendukung bagi kesejahteraan mental pelajar. Banyak negara memiliki regulasi khusus yang mencakup aspek literasi kesehatan mental dalam lingkup pendidikan, termasuk hak-hak pelajar terkait akses layanan dan perlindungan dari diskriminasi. Literasi kesehatan mental siswa dalam perspektif hukum melibatkan penerapan prinsip-prinsip hukum dalam konteks perlindungan dan pemenuhan hak-hak pelajar terkait kesehatan mental lingkungan Pendidikan. Literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum sebagai bagian integral dari kesejahteraan individu memperoleh penekanan yang semakin besar dalam ranah hukum. Perlindungan terhadap kesehatan mental individu bukan hanya mengandalkan aspek medis, tetapi juga terjalin erat dengan hak-hak dan regulasi yang menyertainya. Pendidikan, advokasi, dan kolaborasi lintas sektor menjadi kunci dalam upaya memperbaiki perlindungan kesehatan mental dari perspektif hukum yang mencakup aspek sosial, pendidikan, kesehatan, dan hukum yang saling terkait. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang latar belakang ini, regulasi dan kebijakan dapat dikembangkan untuk lebih melindungi dan mendukung kesehatan mental pelajar di lembaga pendidikan.

Kata kunci : Literasi Kesehatan Mental, Perspektif Hukum, Siswa

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental bukanlah sekedar aspek tambahan, melainkan fondasi utama dalam membentuk potensi, prestasi dan kebahagiaan setiap pelajar. Ditengah tekanan akademik, dinamika social dan tantangan pribadi, kesehatan mental mejadi pondai yang tidak terpisahkan dari keseluruhan kesejahteraan siswa.

Para pelajar tidak hanya membutuhkan bimbingan dalam hal kurikulum akademik, tetapi juga perhatian yang serius terhadap kesehatan mental mereka. Sebagaimana fisik yang sehat memberikan landasan bagi keberhasilan fisik, kesehatan mental yang optimal turut menentukan keberhasilan pelajar dalam menangani tantangan, mengembangkan ketrampilan dan mencapai potensi maksimal mereka.

Kesehatan mental pelajar tidak hanya berdampak pada kinerja akademik tetapi juga keseimbangan emosional, hubungan sosial yang sehat dan kemampuan mereka untuk menavigasi kehidupan masa depan. Dalam konteks ini pentingnya memahami, merawat dan mendukung kesehatan mental pelajar menjadi perhatian mendesak bagi semua pihak terkait, mulai dari Lembaga Pendidikan, keluarga hingga masyarakat. Melalui pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pelajar, dapat dirancang solusi yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan mereka dengan meninjau kebijakan sekolah terkait kesehatan mental dan sejauh mana implementasinya.

Kesehatan mental bukan hanya masalah pribadi, melainkan juga sebuah aspek yang harus diatur dalam produk hukum yang bertujuan untuk melindungi hak-hak individu dan memastikan akses yang setara terhadap layanan kesehatan mental. Literasi kesehatan mental dalam perpektif hukum menunjukkan komitmen suatu negara untuk melindungi dan memperhatikan kesejahteraan mental individu. Namun, masih ada tantangan yang perlu diatasi

dalam implementasi dan peningkatan efektivitas regulasi tersebut untuk memastikan hak-hak individu terpenuhi dan dukungan kesehatan mental yang optimal dapat diberikan

Kesehatan mental pelajar bukan hanya tentang perhatian medis, melainkan juga melibatkan aspek hukum yang menjamin perlindungan, hak-hak, dan dukungan yang setara bagi setiap individu di lingkungan pendidikan. Pemahaman yang kuat tentang prinsip-prinsip hukum yang melindungi kesehatan mental pelajar sangat penting dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang inklusif dan mendukung. Melalui edukasi, kolaborasi, dan evaluasi terus-menerus, sekolah dapat menjadi agen yang kuat dalam memastikan penegakan hak dan perlindungan hukum bagi kesehatan mental pelajar.

Maksud dan tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang literasi kesehatan mental pada siswa dalam perspektif hukum dengan memberikan pengetahuan, membangun sikap yang positif, dan meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam mendukung hak dan perlindungan terkait kesehatan mental siswa. Adapun tujuan diadakannya kegiatan sosialisasi ini adalah :

1. Siswa di SMA Negeri 1 Pangkah Kabupaten Tegal sangat memerlukan program dukungan literasi tentang kesehatan mental siswa dalam perspektif hukum untuk meningkatkan kesadaran hukum siswa,
2. Memerlukan adanya informasi, membangun pemahaman, dan mempromosikan sikap yang mendukung terkait hak dan perlindungan hukum terkait kesehatan mental
3. Perlunya membangun pemahaman tentang hak-hak yang dimiliki siswa dalam konteks kesehatan mental sesuai dengan hukum yang berlaku
4. Membantu siswa dalam memahami bagaimana hukum melindungi dan memperjuangkan hak-hak siswa terkait kesehatan mental.
5. Perlunya peningkatan kesehatan mental siswa untuk melakukan pendekatan holistik yang melibatkan sekolah, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan.
6. Menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberdayakan siswa untuk mengelola kesehatan mental mereka dengan baik.

2. METODE PENGABDIAN

Metode Kegiatan

Remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah mental. Kurangnya pengetahuan siswa mengenai literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum menyebabkan remaja menganggap bahwa kesehatan mental itu tidak penting. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat di dilaksanakan di SMA Negeri

1 Pangkah Kabupaten Tegal sebagai upaya peningkatan literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum adalah :

1. Memberikan pengetahuan tentang literasi kesehatan mental dalam perspektif ,
2. Mengadakan workshop untuk menedukasi mengenai hak-hak siswa terkait kesehatan mental seperti hak privasi dan perlindungan terhadap diskriminasi,
3. Memberikan akses bagi siswa dengan masalah kesehatan mental untuk mendapatkan bimbingan dan bantuan hukum terkait hak-hak siswa, seperti akses ke layanan kesehatan atau perlindungan dari diskriminasi,
4. Mendorong tenaga pendidik menyediakan akses untuk mendapatkan konseling atau bimbingan yang memfokuskan pada kesehatan mental,
5. Memberikan informasi kepada orangtua tentang pentingnya kesehatan mental dan cara bagaimana orangtua memberikan dukungan kepada anak-anak.

Bentuk Kegiatan

Adapun bentuk kegiatan yang dilaksanakan dalam pengabdian kepada siswa SMA Negeri I Pangkah adalah Sosialisasi.

Nama Kegiatan : Sosialisasi Membangun Literasi Kesehatan Mental dalam Perspektif Hukum

Estimasi Waktu : Bulan Mei 2025 sampai dengan Februari 2026

Narasumber : 1. Dr.Soesi Idayanti S.H.M.H
1. Dr.Sugiyanto, M.Si.
3. Dr Moh.Khamim S.H.M.H
4. Dr. Moh Taufik, M.M., M.H

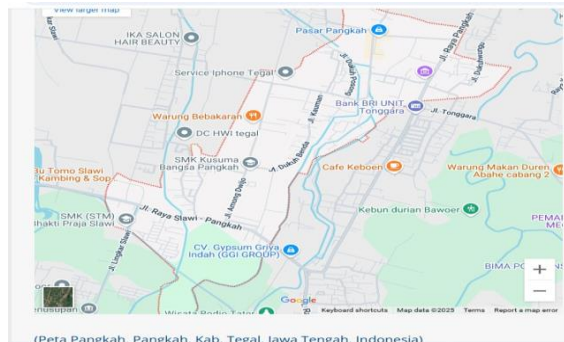
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum SMA Negeri 1 Pangkah, Kabupaten Tegal, Jawa Tengah.

SMAN 1 PANGKAH adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMA di Kalikangkung, Kec. Pangkah, Kab. Tegal, Jawa Tengah. Dalam menjalankan kegiatannya, SMAN 1 PANGKAH berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Pembelajaran di SMAN 1 PANGKAH dilakukan pada Sehari Penuh. Dalam seminggu, pembelajaran dilakukan selama 5 hari. SMAN 1 PANGKAH memiliki akreditasi A, berdasarkan sertifikat 220/BAP-SM/X/2016.

Sma Negeri Pangkah memiliki standar kurikulum terbaik dengan poin penilaian yang sesuai dengan industri masa kini. Sekolah kami memiliki tenaga pengajar yang kompeten di

bidangnya, cara mengajar yang asik dan mudah dipahami. Sekolah kami memiliki fasilitas lengkap yang dapat dimanfaatkan untuk kepentingan pembelajaran.



Implementasi Meningkatkan Kesehatan Mental Anak Didik SMA Negeri 1 Pangkah

Berbagai faktor dapat mempengaruhi kesehatan mental. Semakin banyak yang dialami oleh remaja, maka akan semakin banyak juga potensi dari dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Beberapa remaja mempunyai risiko lebih besar terhadap kesehatan mental mereka karena kondisi kehidupan yang mereka alami, stigma sosial, diskriminasi atau pengucilan yang ia terima, serta kurangnya akses terhadap dukungam dan layanan yang berkualitas yang dapat mereka dapatkan.

Membangun literasi kesehatan mental siswa dalam perspekti hukum membutuhkan pendekatan yang berkelanjutan dan menyeluruh. Dengan mengimplementasikan solusi-solusi ini, lingkungan pendidikan dapat menjadi tempat yang lebih mendukung bagi kesejahteraan emosional siswa, memungkinkan mereka untuk berkembang dengan lebih baik secara mental dan emosional.

Meningkatkan literasi tentang kesehatan mental siswa dalam perspektif hukum memerlukan pendekatan terstruktur yang melibatkan berbagai pihak, termasuk sekolah, orang tua, dan komunitas. Dengan upaya yang berkelanjutan dan komprehensif, kesadaran hukum ini dapat ditingkatkan untuk memberikan perlindungan yang lebih baik terhadap kesehatan mental siswa.

Mengatasi persoalan-persoalan ini memerlukan upaya kolaboratif yang melibatkan pendidikan, komunitas, serta dukungan pemerintah dan lembaga terkait. Dengan upaya bersama yang terkoordinasi, kita dapat mengatasi hambatan-hambatan ini dan memperkuat kesadaran hukum tentang kesehatan mental siswa.

1. Memberikan materi tentang literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum,
2. Memberikan pendidikan tentang hak-hak siswa terkait kesehatan mental sesuai dengan undang-undang yang berlaku,

3. Mengadakan kegiatan sosialisasi, workshop dan seminar yang focus pada literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum untuk siswa, guru dan orangtua,
4. Membangun kemitraan yang kuat untuk mendukung pengetahuan literasi kesehatan mental dalam perspektif hukum di rumah dan sekolah dengan keterlibatan orangtua dan keluarga,.
5. Menyediakan layanan konseling yang mudah diakses bagi siswa yang memerlukan bantuan dalam mengatasi tekanan mental dan emosional



Foto Kegiatan Pengabdian Masyarakat Kesehatan Mental di SMA N 1 Pangkah

4. SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat mengenai Membangun literasi Kesehatan mental siswa dalam Perspektif Hukum bagi siswa siswi SMA Negeri 1 Pangkah Kabupaten Tegal oleh tim dosen Fakultas Hukum Universitas Pancasakti Tegal, telah terlaksana dengan baik . Hal ini dapat dilihat respon positif masyarakat dalam mengikuti kegiatan tersebut..

Saran

Saran yang direkomendasikan dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan ini yaitu perlunya pendampingan lebih lanjut dari pemerintah khususnya pemerintah daerah dan pihak sekolah dalam mengawal program pemerintah sehingga kampanye ini akan sukses untuk di implementasikan sehingga tujuan pemerintah dan Negara dapat tercapai dengan efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

LITERATUR

Adityawarman, I. *Sejarah Perkembangan Gerakan Kesehatan Mental. Jurnal Dakwah dan Komunikasi*. 4 (1), 91-110. doi: 1978-1261. 2010

Kartono, K. *Hygiene Mental*. Jakarta : CV. Mandar Maju.2000

Poerwanti, Endang, Nur Widodo, *Perkembangan Peserta Didik*, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2002

World Health Organization. *WHO Definition of Health*. World Health Organization. 2016.

PERATURAN PERUNDANG-UNDANGAN

Undang- Undang Dasar 1945

Undang-Undang Nomor 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Pendidikan Nasional

Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan

Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Perubahan Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak

Undang Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi Teknologi Elektronik

Undang-Undang Nomor 27 tahun 2022 tentang Perlindungan Data Pribadi