

Pentingnya Sistem Kesehatan Mental dalam Setting Sekolah:

Isu, Refleksi, dan Prioritas

Nanang Erma Gunawan, M.Ed.

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta

Pendahuluan

Tentu kita semua menyadari bahwa pendidikan memiliki peran penting untuk menjadikan negara Indonesia ini menjadi negara yang lebih makmur dan kuat secara social maupun budaya. Maka dari itu, beragam kebijakan pendidikan dan desain program pendidikan tidak henti-hentinya selalu dibenahi dari jaman pasca kemerdekaan hingga kini demi kepentingan negara. Perjalanan dan perubahan yang terjadi di dalamnya pastinya bukan hanya sebatas sejarah namun sebuah dinamika formulasi untuk mencapai tujuan hakiki pendidikan yang mencerdaskan bangsa seperti yang tertuang dalam Undang-Undang Dasar 1945. Namun demikian, pada sisi lain, pendidikan juga menyentuh ruang yang lebih sempit dan dalam yaitu individu sebagai makhluk yang memiliki potensi untuk berkembang dalam menjalani hidupnya. Pendidikan memiliki tanggungjawab untuk menjadikan peserta didiknya dirinya sendiri sebagai manusia dan tentu melindungi mereka dari segala bentuk ancaman sebagai perwujudan janji kemerdekaan dan dasar filosofi yang mengatakan bahwa pendidikan adalah pembebasan. Pembebasan dari rasa takut, bebas diskriminasi, dan tentu bebas politisasi.

Pada proses pendidikan yang dinamis itu, pencideraan terhadap pendidikan masih sering dan bahkan semakin sering kita dengarkan beritanya. Beragam kekerasan fisik dan seksual terjadi lagi di sekolah-sekolah dasar sampai menengah atas. Puluhan bahkan lebih anak-anak taman kanak-kanak menjadi korban perilaku abnormal. Histeria dalam pelaksanaan Ujian Nasional atau UNAS memantik ketegangan psikologis, kecemasan, stress, dan praktik kecurangan serta perilaku yang tidak etis dan rasional. Tawuran anak sekolah, kekerasan guru terhadap murid, pelecehan seksual oleh guru, video porno siswa, sampai tindak asusila sesama guru menjadi berita yang hampir setiap hari kita dengar atau baca di surat kabar. Betapa mirisnya kejadian-kejadian ini terus menerus terjadi dari ujung barat sampai ujung timur Indonesia. Mungkin isu-isu itu adalah yang nampak dipermukaan layaknya gunung es

yang mengapung di tengah lautan. Kejadian-kejadian tersebut menjadi indikasi kegagalan penyelenggaraan pendidikan yang mampu memberikan rasa aman dan merubah keadaan untuk menjadi lebih baik. Di sisi lain, merebaknya isu-isu ini menjadi momentum untuk menumbuhkan kesadaran pentingnya menyelenggarakan pendidikan yang mampu menjamin keselamatan para siswanya, memberikan rasa aman, dan mendukung para peserta didik untuk berkembang sehingga mereka dapat mencapai kesejahteraan secara psikologis atau menjaga kesehatan mental mereka secara berkelanjutan.

Menyadari bahwa kejadian-kejadian ini memiliki kaitan dan dampak yang buruk terhadap kesehatan mental, saya mencoba mencermati kasus-kasus apa yang terjadi, mencari tahu tentang entitas tujuan pendidikan, membahas pentingnya kesehatan mental dalam dunia pendidikan, dan mendiskusikannya dalam kerangka isu yang terjadi saat ini sebagai hasil kontemplasi.

Memahami kembali entitas pendidikan

Berangkat dari apa yang terjadi sehari-hari dalam dunia pendidikan di Indonesia seringkali menggiring renungan saya kepada hal yang lebih mendasar, yaitu tujuan pendidikan. Sampai sekarang saya masih mencoba memahami apa sebenarnya yang menjadi tujuan pendidikan dan tidak jarang hal itu mendatangkan kebingungan di benak saya sendiri. Noddings (2003) mengatakan bahwa dahulu, para pemerhati pendidikan menghabiskan banyak waktu dan tenaga untuk merumuskan tujuan pendidikan, namun sekarang tidak banyak yang membicarakannya. Banyak orang di masyarakat kita menetapkan tujuan pendidikan atau sekolah sebatas tujuan ekonomis (meningkatkan kesejahteraan finansial dan meningkatkan kemakmuran suatu negara atau bangsa. Oleh karena itu, negara merancang pendidikan dengan tes yang terstandar dan para siswa harus mengikutinya dengan baik, masuk sekolah dan perguruan tinggi favorit, mendapat pekerjaan yang bagus dan bergaji tinggi, membeli banyak barang mewah dan bergaya hidup glamour. Tentu tujuan pendidikan lebih dari ini semua. Namun itulah yang terjadi di Indonesia kini. Pendidikan semakin tertetir untuk memenuhi kebutuhan pasar atau industry dan mengabaikan entitas tujuan pendidikan lain yang mengedepankan memanusiakan manusia.

Belakangan ini Ujian Nasional tengah digelar. Polemik mengenai standarisasi tes ini bermunculan baik dari kalangan akademik maupun dari siswa sendiri. Banyak akademisi yang memandang bahwa standarisasi sangatlah penting untuk memastikan kualitas lulusan dan mengejar ketertinggalan pendidikan kita dibandingkan dengan Negara lain baik di ASEAN bahkan internasional. Di lain pihak, siswa merasa dipaksa untuk menguasai bidang pelajaran tertentu untuk mengukur kelayakan kelulusan yang berhak dia peroleh atau tidak setelah sekian tahun belajar di bangku sekolah. Tidak sedikit gejolak yang nampak yang sebenarnya sangat bertentangan dengan tujuan pendidikan. Banyak dari mereka yang terpaksa memilih opsi untuk melakukan kecurangan karena takut jika tidak lulus ujian. Banyak pula beredar berita bahwa mereka menangis histeris seusai mengerjakan soal UNAS yang begitu sulit bahkan ada pula yang menantang Bapak Menteri Pendidikan untuk mengerjakan soal UNAS Matematika yang telah mereka kerjakan. Lalu apakah ini tujuan pendidikan kita?

Bukan saja Negara Indonesia yang menerapkan system tes terstandar untuk kelulusan sekolah. Negara Amerika telah menerapkannya terlebih dahulu. Selain menuai banyak protes hasilnya pun tidak sebegitu seperti yang diharapkan (Noddings, 2003). Noddings lebih lanjut memberikan pertanyaan bahwa “mengapa kita sangat sering mengalahkan maksud kita sendiri dengan memilih cara yang jelas-jelas berkontradiksi dengan tujuan kita? Misalnya, jika guru mengajari siswanya puisi dengan tujuan untuk memberikan sumber kebijaksanaan dan kegembiraan seumur hidup, mengapa guru membuat siswanya bising dengan analisis yang tiada akhir dan penekanan pada kosakata teknis? Lebih lanjut dia juga mempertanyakan mengapa seringkali guru meminta siswa bekerja sebaik-baiknya tapi kemudian mereka diberikan nilai yang rendah hanya karena apa yang dikerjakannya tidak sebaik teman yang lain? Mungkin ini menjadi bahan renungan bagi kita semua bahwa membelajarkan siswa dengan cara yang menekan dan memaksa bukanlah cara yang bijak untuk memenuhi karakteristik khas pendidikan yang berupaya menanamkan nilai.

Berdasar dari apa yang terjadi di sekitar penyelenggaraan tes yang terstandar atau kasus dalam dunia pendidikan lainnya, saya melihat bahwa gejala yang nampak bukanlah gambaran yang sebenarnya. Apa yang terlihat

nampak seperti fenomena gunung es atau kasus-kasus yang terkabar adalah bagian permukaan saja sedangkan ada bagian yang lebih besar di dalamnya. Seperti pandangan yang diungkapkan oleh kaum *intelektualist*. Mereka melihat kontemplasi teoretis merupakan sesuatu yang superior dibandingkan kebijaksanaan praktis dan aktivitas kehidupan di dunia. Dari pandangan ini unsur rasionalitas menandai aspek yang hebat dari kehidupan manusia. Pada aktivitas mental ini individu memuaskan dirinya dengan menjalankan fungsi yang telah Tuhan berikan yaitu berfikir. Kini, tidak banyak orang yang menerima pandangan ini atau setidaknya sangat sedikit orang yang menguinya dan mengungkapkannya ke public. Namun demikian kurikulum sekolah kita masih sangat dipengaruhi. Bidang-bidang pelajaran yang sifatnya abstrak dan teoretik lebih dihargai dibandingkan dengan bidang-bidang yang praktis dan lebih tidak teoretis.

Menurut Aristotle, berfikir berada pada tingkat yang paling tinggi dalam aktivitas manusia. Maka dari itu, ia menyimpulkan ketika seseorang dapat berfikir dengan baik maka dia dapat melakukan aktivitas lain yang bersifat praktis. Dewey tidak setuju dengan pandangan ini karena sama saja ini memisahkan teori dan praktik. Ini secara langsung akan menandai mana mata pelajaran yang lebih superior satu sama lain. Dewey (1915) berpendapat bahwa menekankan praktik yang tereksklusi dari sisi teoritis merupakan hal yang buruk. Lebih lanjut ia menyampaikan bahwa hal itu dapat menjadi kekalahan umat manusia manakala perubahan dari perbudakan kepada masyarakat bebas ditandai dengan hasil yang paling dihargai adalah peningkatan efisiensi mekanikal alat-alat manusia saja untuk berproduksi.

Secara awam, tentu sekolah tidak dimaksudkan untuk membiarkan para siswanya tertekan atau stress. Sehingga ada sudut pandang filosofis yang mengatakan bahwa sekolah adalah tempatnya individu untuk tumbuh menjadi manusia seutuhnya. Seringkali juga kita dengar bahwa pendidikan adalah poses pembudayaan sehingga individu-individu di Indonesia ini tidak kehilangan keIndonesiaannya dan tidak kehilangan dimensinya sebagai manusia yang berpotensi unik atau berbeda satu sama lain. Maka dari itu, sekali institusi pendidikan baik sekolah atau pendidikan tinggi yang melewati batas filosofis ini dengan hanya memenuhi apa yang diminta oleh pasar kerja maka gagal lah dia dalam memenuhi hakikat pendidikan secara mendasar.

Aristotles dalam paparannya tentang *human flourishing* saya kira mampu memberikan argument yang kuat terhadap isu ini.

Aristotle menulis tentang *human flourishing* sebagai bagian lain dari kebahagiaan selain kesejahteraan subjektif atau *subjective wellbeing*. *Human flourishing* merupakan kata lain dari *eudaimonia* dan *subjective wellbeing* adalah kata lain dari *hedonia*. Pandangan *human flourishing* atau manusia yang tumbuh meyakini bahwa manusia memiliki potensi-potensi secara unik pada setiap individu dan mereka dapat mencapai tingkat kebahagiaan atau kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) manakala mereka dapat memenuhinya atau mengembangkan potensi-potensinya.

Prioritas kesehatan mental

Pendidikan merupakan sebuah proses yang dijalani individu untuk mencapai hidup yang lebih baik. Dalai Lama pernah mengatakan hal yang kurang lebih dekat dengan ungkapan tadi bahwa “*Entah seseorang meyakini suatu agama atau tidak, kita semua mencari sesuatu yang lebih baik dalam hidup – yang paling umum dalam hidup kita adalah kearah kebahagiaan.*” Ungkapan ini kurang lebih turut menegaskan bahwa pendidikan termasuk di dalamnya sebagai sebuah proses pencarian dalam hidup yang mengarah kepada kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan keadaan yang lebih baik dari keadaan yang kurang membahagiakan. Menurut pemahaman klasik dan juga modern, kebahagiaan berperan sebagai indicator yang resiprokal pada kesehatan mental seseorang. Mereka yang mengalami kesulitan dalam menjalani hidup bahagia akan memiliki resiko gangguan kesehatan mental lebih tinggi demikian pula sebaliknya. Selain itu, orang yang bahagia cenderung mampu mencapai prestasi akademis dan performa yang lebih baik.

Namum demikian, banyak anak-anak dan remaja memasuki sekolah setiap hari berjuang melawan maslaah-masalah emosional, perilaku, dan keluarga yang mempengaruhi belajar mereka dan juga belajar orang lain. Hal ini memiliki efek timbalbalik (saling mempengaruhi) ketika para siswa ini menginternalisasi kesulitan akademis mereka yang nantinya akan memperkuat masalah emosional dan perilaku yang mereka hadapi (Christner & Mennuti, 2009). Siswa dapat memiliki persoalan kesehatan mental berkelanjutan apabila tidak segera memperoleh bantuan psikologis. Stress yang berujung depresi dan

kematian mungkin saja terjadi ketika permasalahan menjadi kian kompleks baginya. Selain itu, masalah yang dihadapi juga dapat mempengaruhi orang lain di sekitarnya. Misalnya, penyimpangan seksual yang dialami oleh Emon dengan menyodomi ratusan anak-anak di sekitaran Suka Bumi mengakibatkan goncangan psikologis atau trauma pada si korban. Dengan latar belakang sebagai seorang korban, Emon kini menjadi pelaku yang memakan korban lebih banyak daripada perlakuan yang diterimanya pada masa kecilnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan kesulitan emosional dan perilaku di sekolah sering memiliki keberhasilan akademik yang lebih rendah dan interaksi sosial negatif yang lebih besar (Coleman & Vaughn, 2000). Lebih-lebih para siswa ini akan cenderung memiliki frekuensi yang lebih tinggi untuk membolos, mendapat skors, keterlambatan, pengusiran, perilaku mencari perhatian, dan hubungan antar teman sebaya yang buruk (Epstein & Cullinan, 1994). Adelman dan Taylor (1998, 2000) mencatat bahwa masalah kesehatan mental dan stress adalah hambatan utama dalam belajar. Mencermati apa yang sering terjadi di dunia pendidikan di Indonesia dan hasil penelitian ini, mempertimbangkan sekolah sebagai agen kesehatan mental bagi para siswa menjadi sangat sesuai. Layanan kesehatan mental yang berbasis sekolah adalah desain yang paling mungkin dan sangat sesuai untuk dilakukan sehingga sekolah bukan saja institusi akademis tetapi juga sekolah memiliki program yang bersifat menyamankan dan memberikan ruang kepada para siswa untuk tumbuh, berkembang, dan belajar untuk menghadapi persoalan psikologis yang dihadapinya setiap hari. Tentu sifat layanan program ini akan bertentangan dengan kesan sekolah yang mencemaskan dan mengancam kesehatan mental mereka baik di masa kini maupun akibat berkelanjutan yang detrimental di masa yang akan datang.

Ketika kita berfikir tentang kesehatan mental berbasis sekolah, kita perlu berfokus pada usaha-usaha kita bukan hanya para treatment gangguan kesehatan mental, namun juga pada pencegahan kesulitan dengan mengajari para siswa keterampilan menghadapi masalah yang perlu dalam kehidupan sehari-hari. Barangkali, dalam bahasa yang lebih sederhana dapat dipahami bahwa menawarkan layanan kesehatan mental di sekolah memiliki potensi untuk menghilangkan hambatan belajar dan membantu sekolah mencapai misinya dalam mendidik para siswa. Lebih lanjut perlu digaris bawahi bahwa

layanan ini berbeda dengan konsepsi layanan kesehatan mental tradisional dimana seorang klien akan berhadapan dengan seorang terapis. Pada masyarakat sekolah layanan kesehatan mental dapat diberikan kepada semua warga sekolah seperti siswa, guru, pimpinan sekolah, keluarga, dan seluruh bagian sistem di sekolah.

Diskusi

Upaya meningkatkan kualitas pendidikan bukan saja menjadi agenda bangsa Indonesia sebagai negara yang sedang berkembang. Upaya ini juga sedang dilakukan oleh Negara-negara maju baik di wilayah Amerika, Eropa, atau Negara tetangga Asia. Upaya ini seolah tidak ada habisnya sehingga berbagai upaya membentuk dan mendesain program pendidikan terus menerus dilakukan dengan melibatkan berbagai pihak. Kini, Amerika pun juga sedang belajar dari Finlandia mengingat Negara adidaya itu juga selalu berproses untuk pembenahan. Program *No Child Left Behind* dinilai gagal karena pada prakteknya pemerataan dan pelayanan tidak dapat tercapai.

Banyak diantara Negara-negara diatas berpijak pada dasar filosofis klasik dan tidak sedikit pula yang berpijak pada kepentingan post modern di mana industrialisasi menjadi salah satu kepentingannya. Ketika saya mengambil mata kuliah filsafat pendidikan, saya sering mendengar bahwa pendidikan adalah proses pembebasan dan bebas dari rasa takut. Namun sekarang nampaknya pesan filsafat itu belum tercerminkan pada dunia pendidikan kita. Pada kenyataannya, para peserta didik secara bergiliran masih merasa harus berhadapan dengan Ujian Nasional yang menakutkan dan sewaktu-waktu dapat merenggut kestabilan kesehatan mental mereka. Selain itu, sekolah yang diidam-idamkan sebagai tempat yang aman untuk anak-anak kita ternyata banyak kasus yang membahayakan psikologis bahkan jiwa mereka. Lebih miris lagi, bukan saja isu penganiayaan yang sering terjadi di perguruan tinggi dan mengakibatkan kematian namun dalam kurun 4 bulan ini ada 2 kasus penganiayaan di sekolah dasar yang mana salah satu diantaranya berujung kematian pada anak yang masih sangat kecil.

Bagaimana hal ini bisa terjadi, tentu mengetuk semua rasa penasaran banyak orang. Sekolah sebagai institusi pendidikan dapat kehilangan kepercayaan masyarakat sebagai institusi yang menjamin keamanan anak

didiknya. Selain itu tanggungjawab program pendidikan menjadi tertohok manakala ia harus menyelenggarakan pendidikan yang bebas dari rasa takut dan menjunjung tinggi hakikat kemanusiaan para siswanya sehingga menjadi individu yang tumbuh dan berkembang secara sehat dan utuh. Penting untuk digaris bawahi bahwa tujuan pendidikan bukan hanya mengarahkan para siswanya supaya bisa lulus Ujian Nasional, namun pendidikan harus menumbuhkan para siswanya sesuai dengan potensi-potensi unik yang dimilikinya sehingga mereka dapat menjadi manusia yang sejahtera secara psikologis baik sekarang maupun di masa yang akan datang. Pendidikan Demokratis yang dituliskan oleh Dewey dan pandangan Individual Psychology Adler melandasi prinsip ini.

Perubahan sosial yang terjadi sebagai akibat dari globalisasi tidaklah dapat terbendung lagi. Ibarat sungai, ia sudah tidak dapat lagi dihentikan alirannya, melainkan yang bisa dilakukan adalah membuat kanal-kanal penyaluran alirannya sehingga tidak membahayakan kita semua dalam Negara berkembang. Selain perubahan itu memberikan manfaat bagi manusia yang sebelumnya tidak pernah terbayangkan, perubahan ini juga memberikan tantangan pada generasi muda untuk dapat memaksimalkan pengembangan potensi-potensinya sehingga mereka dapat menjadi individu yang memiliki martabat yang berbeda dari sebelumnya.

Kini, institusi pendidikan menghadapi tantangan perubahan. Akankah pendidikan kita bersifat progresif menjawab arus perubahan itu, atau kita sekedar mengikuti arus perubahan? Menurut Roth & Gur-Ze'ev (2007) Era globalisasi memiliki makna perubahan dan perbedaan dramatis dalam hal budaya, ekonomi, social, dan pendidikan. Dampak perubahan dan perbedaan itu pada manusia tergantung pada dimana manusia berada. Sebelum globalisasi dimulai, budaya merupakan partikularisasi, kekuatan yang terlokalisir yang membedakan masyarakat satu sama lain. Budaya memberikan bentuk identitas local, praktiss, dan cara hidup setiap hari yang dapat berperan sebagai pertahanan terhadap invasi ide, identitas, dan bentuk kehidupan yang tidak ada hubungannya dengan wilayah spesifik. Namun kini, status dan makna budaya telah berubah. Budaya dimaknai sebagai sesuatu yang kompleks dan dikonteskan sebagai budaya dunia yang menyerap budaya local

dan konfigurasi baru muncul yang mensintesis kedua sisi, memberikan kekuatan kontradiktif kolonisasi dan resistensi.

Kellner dalam Roth & Gur-Ze'ev (2007) telah mengamati bahwa konsep globalisasi sebenarnya sering digunakan sebagai konsep sampul dari heterogenitas proses yang perlu diucapkan dan diartikulasikan. Istilah ini bukan tidak keliru atau netral dalam berbagai penggunaannya. Seringkali kata ini berperan untuk mengganti diskursus kritis sebelumnya yaitu "imperialisme". Lebih lanjut Peter McLaren dan Ramin Farahmandpur menyatakan bahwa konsep globalisasi telah menggantikan istilah "imperialism" dengan efektif untuk tujuan membesarkan karakter global kapitalisme.

Melalui pemahaman ini, sekarang sketsa tujuan pendidikan menjadi lebih jelas manakala tujuan itu mengikut pada arus globalisasi. Dengan mengikuti era globalisasi secara tidak sadar kita telah mengikuti alur imperialisme yang sangat mungkin membahayakan identitas individu-individu di dalamnya sebagai bangsa. Maka dari itu, sering kita dengar istilah orang Indonesia yang kehilangan keindonesiaannya. Kegelisahan Profesor Suminto A Sayuti yang disampaikan di beberapa forum seminar (yang salah satunya pada Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling dan Temu Kolegial dengan tema Peran Bimbingan dan Konseling dalam memantapkan karakter generasi emas 2045 dengan menanyakan sudah Indonesiakah kita? Menjadi semakin gambling terpahami di sini.

Bukan saja perubahan sebagai akibat dari globalisasi mengkhawatirkan identitas individu di dalamnya, ketika para peserta didik tidak memiliki identitas yang kuat maka mereka akan semakin rentan dengan masalah-masalah personal yang kemudian dapat membahayakan kesehatan mental mereka. Sekolah sebagai institusi pendidikan memiliki peran yang sangat kuat untuk menjaga identitas kebangsaan dan mewujudkan generasi yang memiliki ketahanan psikologis dalam menghadapi kehidupan yang mengglobal.

Lalu apa yang bisa kita lakukan?

Noddings (2003) menyandingkan Ilmu pendidikan dengan kebahagiaan. Ia melihat pendidikan dan kebahagiaan bukanlah hal yang sama tetapi mereka dapat berjalan beriringan. Manakala banyak kasus pendidikan yang

memilukan, Ia mencermati dan mendalami dasar filosofis tentang bagaimana semestinya institusi pendidikan berperan dalam menyetatkan mental anak-anak didiknya. Fakultas Ilmu pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta memiliki peran yang sangat strategis untuk merumuskan strategi desain pendidikan yang ramah anak dan memberikan iklim yang menyuburkan perkembangan potensi-potensi unik mereka. Saya memiliki pandangan bahwa ke depan Fakultas Ilmu Pendidikan UNY dapat menjadi pelopor dalam mendesain penyelenggaraan pendidikan yang syarat dengan penghormatan hakikat siswa sebagai individu yang berproses menjadi manusia yang utuh dan sehat secara fisik dan mental serta mampu berperan dalam konteks global tanpa kehilangan identitasnya sebagai bangsa Indonesia.

Daftar Pustaka

- Adelman, H. S., & Taylor, L. (2000). Promoting mental health in schools in the midst of school reform. *Journal of School Health, 70*(5), 171-178.
- Christner, R. W., Mennuti, R. B., & Whitaker, J. S. (2009). An overview of school-based mental health practice: From systems service to crisis intervention. *RW Christner &.*
- Coleman, M., & Vaughn, S. (2000). Reading interventions for students with emotional/behavioral disorders. *Behavioral Disorders, 25*(2), 93.
- Dewey, J., & Dewey, E. (1915). *Schools of to-morrow*. Dent.
- Epstein, M. H., Cullinan, D., Quinn, K. P., & Cumblad, C. (1994). Characteristics of children with emotional and behavioral disorders in community-based programs designed to prevent placement in residential facilities. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders, 2*(1), 51-57.
- Noddings, N. (2003). *Happiness and education*. Cambridge University Press.
- Roth, K. (Ed.). (2007). *Education in the Era of Globalization* (Vol. 16). Springer Science & Business Media.
- Taylor, H. S. A. L. (1998). Mental health in schools: Moving forward. *School Psychology Review, 27*(2), 175-190.