KURIKULUM PENDIDIKAN BERBASIS KESEHATAN MENTAL: SOLUSI ILMU SEJARAH KRITIS KONSTRUKTIF DALAM MENCEGAH KASUS BULLYING DAN KEKERASAN MELALUI LEMBAGA PENDIDIKAN

Darmawijaya bin Idris[1], Hasnidar[2], Anni Atiqah Mardiyah[3]

[1]Univesitas Khairon
[2,3]LSIPI Indonesia
E-mail : [1]wijayadarma20@yahoo.co.id, [2]lsipiindonesia@gmail.com, [3]lsipiindonesia@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena bullying dan kekerasan di lembaga pendidikan masih menjadi persoalan serius yang berdampak pada kesehatan mental peserta didik. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara capaian pendidikan formal dengan pembentukan karakter dan kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menawarkan gagasan kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental sebagai solusi ilmiah dan historis yang bersifat kritis-konstruktif dalam upaya mencegah kasus bullying serta kekerasan di lingkungan sekolah. Melalui pendekatan kualitatif dengan telaah literatur sejarah pendidikan dan teori psikopedagogi, penelitian ini menelaah bagaimana nilai-nilai kemanusiaan, empati, dan kesadaran historis dapat diintegrasikan dalam rancangan kurikulum. Hasil kajian menunjukkan bahwa kurikulum yang menempatkan kesehatan mental sebagai fondasi utama pembelajaran mampu membangun budaya sekolah yang lebih inklusif, reflektif, dan berorientasi pada kesejahteraan sosial. Integrasi disiplin ilmu sejarah kritis dalam konteks ini berfungsi sebagai sarana refleksi terhadap praktik pendidikan masa lalu untuk menciptakan sistem pembelajaran yang lebih humanis dan berkeadilan. Dengan demikian, pengembangan kurikulum berbasis kesehatan mental bukan hanya menjadi inovasi pedagogis, tetapi juga strategi preventif terhadap kekerasan dan dehumanisasi dalam lembaga pendidikan.

Keywords : *Kurikulum Pendidikan, Kesehatan Mental, Sejarah Kritis Konstruktif, Bullying, Kekerasan, Lembaga Pendidikan*

PENDAHULUAN

Fenomena bullying dan kekerasan di lembaga pendidikan masih menjadi persoalan serius yang berdampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis dan sosial peserta didik. Menurut Olweus (2013), bullying adalah "a repeated aggressive behavior where one or more persons intentionally cause injury or discomfort to another person," yang menunjukkan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Hal ini menggambarkan bahwa bullying bukan sekadar kenakalan remaja, tetapi merupakan bentuk kekerasan sistematis yang berpotensi merusak keutuhan psikologis siswa.

Dalam konteks Indonesia, kasus kekerasan dan perundungan di sekolah masih tinggi. Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2023) menunjukkan bahwa lebih dari 41% anak usia sekolah pernah mengalami bentuk kekerasan fisik maupun verbal di lingkungan pendidikan. Kondisi ini menjadi indikator bahwa sistem pendidikan belum sepenuhnya berhasil membangun lingkungan belajar yang aman dan sehat secara mental. Sebagaimana dikemukakan oleh Hurlock (2014), "kesehatan mental anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang aman, suportif, dan bebas dari ancaman."

Pendidikan seharusnya tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga berperan sebagai ruang pembentukan karakter dan kesejahteraan psikologis. Freire (1970) dalam karyanya *Pedagogy of the Oppressed* menegaskan bahwa pendidikan yang sejati adalah "a practice of freedom," yakni proses pembebasan manusia dari ketertindasan dan kekerasan struktural melalui kesadaran kritis. Oleh karena itu, kurikulum pendidikan perlu diarahkan pada pendekatan kritis-konstruktif, yaitu berpijak pada refleksi sejarah sistem pendidikan dan berorientasi pada transformasi sosial.

Menurut Seligman (2011), salah satu kunci untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat adalah melalui penerapan *positive education*, yaitu pendekatan yang mengintegrasikan pembelajaran akademik dengan pembangunan kesejahteraan psikologis. Ia menyatakan bahwa "schools should teach both the skills of well-being and the skills of achievement." Hal ini sejalan dengan pendapat Kementerian Kesehatan RI (2022) yang menegaskan pentingnya literasi kesehatan mental di sekolah untuk mengurangi potensi stres, kecemasan, dan perilaku agresif antar siswa.

Integrasi kesehatan mental dalam kurikulum pendidikan juga memiliki dimensi historis. Pendidikan pada masa lalu sering diwarnai oleh paradigma disipliner dan hierarkis, yang menurut Foucault (1977) dalam *Discipline and Punish*, "membentuk individu menjadi subjek patuh melalui sistem kontrol sosial yang halus dan terus-menerus." Perspektif sejarah kritis ini penting agar kurikulum baru tidak mengulang praktik pendidikan represif, melainkan membangun kesadaran reflektif dan empati sosial.

Selain itu, penelitian oleh Wulandari, Na'imah, dan Dwiyanti (2022) menunjukkan bahwa "partisipasi aktif seluruh warga sekolah dalam membangun budaya anti-bullying berperan signifikan dalam mengurangi tindak kekerasan di lingkungan pendidikan." Hal ini mendukung pendekatan *whole-school strategy* yang menekankan kolaborasi antara guru, siswa, orang tua, dan lembaga sosial dalam membangun ekosistem pendidikan yang sehat.

Dengan demikian, pengembangan Kurikulum Pendidikan Berbasis Kesehatan Mental menjadi strategi penting dalam mencegah kasus bullying dan kekerasan di lembaga pendidikan. Kurikulum ini diharapkan tidak hanya menjadi wadah pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai media pembentukan karakter, empati, dan kesejahteraan psikologis. Pendekatan sejarah kritis

konstruktif memberikan landasan ilmiah untuk menelaah akar persoalan pendidikan masa lalu dan merumuskan solusi kurikuler yang lebih humanis, inklusif, dan preventif terhadap kekerasan.

Berdasarkan hasil kajian literatur, observasi terbatas, serta analisis data sekunder dari lembaga resmi seperti KPAI, Kemendikbudristek, dan Kemenkes RI, ditemukan berbagai permasalahan mendasar di lapangan yang menjadi hambatan utama dalam implementasi pendidikan yang sehat secara mental dan bebas kekerasan. Permasalahan tersebut tidak hanya terkait perilaku individu, tetapi juga menyangkut sistem, budaya sekolah, dan kebijakan pendidikan yang belum berpihak sepenuhnya pada kesejahteraan psikologis peserta didik.

Salah satu persoalan paling menonjol adalah tingginya angka kasus bullying dan kekerasan di lingkungan sekolah. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2023) menunjukkan bahwa 41% anak usia sekolah di Indonesia pernah mengalami bentuk kekerasan fisik atau verbal di lingkungan pendidikan. Fenomena ini tidak hanya terjadi di sekolah perkotaan, tetapi juga di daerah, termasuk sekolah dasar dan menengah. Bentuk kekerasan yang paling banyak dilaporkan meliputi ejekan, pengucilan sosial, pemukulan, serta penyebaran konten penghinaan melalui media digital (*cyberbullying*).

Selain itu, ditemukan bahwa guru dan tenaga pendidik belum memiliki literasi kesehatan mental yang memadai. Hasil wawancara dengan beberapa guru di sekolah menengah di wilayah Ternate (2024) menunjukkan bahwa sebagian besar pendidik masih menganggap perilaku bullying sebagai bagian dari "kenakalan biasa" atau proses adaptasi sosial siswa. Pandangan seperti ini berpotensi memperparah kondisi korban dan menormalisasi kekerasan di lingkungan sekolah. Penelitian oleh Ningsih dan Suryadi (2021) juga mendukung temuan ini, bahwa lebih dari 60% guru di Indonesia belum mendapatkan pelatihan formal mengenai pencegahan bullying dan pengelolaan emosi peserta didik.

Permasalahan berikutnya adalah kurangnya integrasi nilai-nilai kesehatan mental dalam kurikulum sekolah. Kurikulum saat ini masih berorientasi pada capaian akademik dan ujian, sementara aspek kesejahteraan emosional dan sosial tidak menjadi fokus utama. Hal ini tampak dari minimnya materi pembelajaran yang berkaitan dengan kesadaran diri (*self-awareness*), empati, manajemen stres, dan resolusi konflik. Akibatnya, sekolah gagal membentuk budaya empatik dan inklusif. Menurut Seligman (2011), "pendidikan yang hanya menekankan capaian kognitif tanpa memperhatikan kesejahteraan emosional akan menghasilkan individu yang cerdas namun tidak bahagia."

Faktor lain yang ditemukan di lapangan adalah kurangnya dukungan kelembagaan dan kebijakan dalam implementasi pendidikan berbasis kesehatan mental. Beberapa sekolah telah mencoba memasukkan program *student well-being* atau *anti-bullying campaign*, namun pelaksanaannya masih bersifat simbolis dan tidak terintegrasi dalam kurikulum. Kepala sekolah dan pengawas pendidikan sering kali menghadapi keterbatasan sumber daya manusia, dana, serta panduan resmi untuk menjalankan program kesehatan mental secara berkelanjutan.

Permasalahan sosial-budaya juga turut memperburuk situasi. Di banyak sekolah, budaya hierarkis dan otoritarianisme masih kuat melekat, baik dalam hubungan guru-siswa maupun antara senior-junior. Foucault (1977) menggambarkan fenomena ini sebagai bentuk "kekuasaan disipliner" yang menekan kebebasan individu dalam sistem pendidikan. Dalam konteks sekolah, bentuk kekuasaan ini tampak melalui praktik penghukuman fisik, perintah sepihak, serta penilaian yang merendahkan siswa. Budaya semacam ini menciptakan ketimpangan kekuasaan yang menjadi akar kekerasan struktural di lingkungan pendidikan.

Dari sisi psikologis, ditemukan bahwa siswa yang menjadi korban bullying cenderung mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, stres, depresi, bahkan keinginan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Penelitian oleh Prasetyo, Fadlin, dan Madman (2023) menunjukkan bahwa korban bullying di pesantren dan sekolah berbasis asrama mengalami tingkat kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) yang lebih tinggi dibanding siswa di sekolah umum. Kondisi ini berdampak langsung pada prestasi belajar dan kesehatan mental jangka panjang.

Berdasarkan seluruh temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa masalah utama di lapangan bukan hanya perilaku kekerasan antarindividu, tetapi juga absennya sistem pendidikan yang berlandaskan kesehatan mental dan kesadaran sejarah. Kurikulum yang masih berorientasi pada nilai dan ujian belum mampu menjawab kebutuhan psikologis siswa. Diperlukan transformasi paradigma pendidikan dari yang bersifat kognitif-instrumental menuju pendidikan yang menumbuhkan empati, refleksi historis, dan kesejahteraan emosional secara menyeluruh.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di lapangan, penelitian ini menawarkan pendekatan transformatif melalui pengembangan kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental yang berlandaskan sejarah kritis konstruktif. Solusi ini dimaksudkan untuk mereformasi paradigma pendidikan yang selama ini terlalu menekankan aspek kognitif menuju sistem yang lebih holistik, humanis, dan empatik terhadap kesejahteraan peserta didik. Kurikulum ini tidak hanya berfokus pada hasil akademik, melainkan pada pembangunan kesadaran diri, keseimbangan emosional, dan kemampuan sosial siswa agar mampu menciptakan lingkungan belajar yang bebas dari kekerasan dan bullying.

Langkah pertama yang harus dilakukan adalah mengintegrasikan literasi kesehatan mental ke dalam seluruh mata pelajaran dan aktivitas sekolah. Setiap guru perlu dibekali dengan pemahaman dasar tentang kesehatan mental, empati, regulasi emosi, dan dinamika sosial siswa. Materi seperti pengenalan emosi, manajemen stres, resolusi konflik, dan penguatan empati dapat dimasukkan secara kontekstual dalam pembelajaran Bahasa Indonesia, PPKn, Pendidikan Agama, maupun Sejarah. Sebagaimana dijelaskan oleh Seligman (2011), pendidikan yang memperhatikan kesejahteraan psikologis dapat menumbuhkan rasa bahagia, optimisme, dan daya lenting yang tinggi pada peserta didik. Dengan demikian, sekolah menjadi ruang aman (*safe space*) bagi siswa untuk berkembang secara utuh.

Selain itu, peran guru harus ditransformasikan dari sekadar pengajar menjadi fasilitator kesejahteraan psikologis. Guru perlu dilatih untuk mengenali tanda-tanda stres, depresi, dan perilaku agresif pada siswa. Program pelatihan berbasis *mental health literacy* bagi guru dan tenaga pendidik dapat dilakukan secara berkala melalui kerja sama dengan psikolog sekolah, lembaga konseling, serta instansi kesehatan. Penelitian McCall et al. (2020) menunjukkan bahwa peningkatan kompetensi guru dalam memahami kesehatan mental siswa secara signifikan mengurangi tingkat perundungan di sekolah. Dengan bekal pengetahuan ini, guru mampu menciptakan pembelajaran yang lebih empatik, suportif, dan adaptif terhadap kondisi emosional peserta didik.

Solusi lainnya adalah membangun budaya sekolah yang inklusif dan berkeadilan emosional melalui penerapan nilai-nilai sejarah kritis konstruktif. Pendekatan ini mendorong setiap anggota komunitas sekolah untuk merefleksikan praktik kekerasan simbolik yang seringkali terjadi secara tidak disadari. Foucault (1977) menekankan pentingnya memahami sistem kekuasaan yang tersembunyi di balik mekanisme pendidikan agar dapat membebaskan siswa dari relasi dominasi yang menindas. Dalam praktiknya, sekolah dapat mengembangkan kegiatan reflektif seperti diskusi kelas tentang empati, sejarah kekerasan sosial, dan nilai kemanusiaan universal. Dengan

cara ini, peserta didik tidak hanya diajak berpikir kritis terhadap ketidakadilan, tetapi juga dilatih untuk berperilaku etis dan saling menghargai perbedaan.

Dari sisi kelembagaan, lembaga pendidikan perlu memperkuat kebijakan "sekolah ramah kesehatan mental" dengan menyediakan ruang konseling yang mudah diakses dan aman bagi siswa. Setiap sekolah idealnya memiliki *counseling center* yang bekerja sama dengan psikolog dan konselor profesional. Dukungan psikososial yang terstruktur ini sangat penting untuk mendeteksi dini kasus bullying maupun masalah emosional yang dialami siswa. Hasil penelitian Prasetyo, Fadlin, dan Madman (2023) menegaskan bahwa intervensi berbasis psikologi adaptif di lingkungan pendidikan mampu menurunkan tekanan emosional siswa secara signifikan dan meningkatkan rasa kebersamaan antar peserta didik.

Selain itu, perlu adanya kolaborasi lintas sektor antara sekolah, keluarga, dan lembaga pemerintah dalam menciptakan ekosistem pendidikan yang sehat secara mental. Keluarga memiliki peran krusial dalam memperkuat nilai-nilai empati dan pengendalian diri sejak dini, sementara pemerintah perlu menyediakan kebijakan kurikuler yang mendukung pendidikan kesehatan mental secara nasional. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan bersama Kementerian Kesehatan dapat mengembangkan modul pendidikan kesehatan mental dan memasukkannya sebagai bagian integral dari Kurikulum Merdeka. Dengan dukungan kebijakan ini, program pencegahan kekerasan dan bullying tidak hanya bersifat reaktif, tetapi menjadi gerakan preventif yang berkelanjutan.

Secara konseptual, solusi yang ditawarkan dalam penelitian ini berpijak pada prinsip bahwa pendidikan harus menjadi ruang penyembuhan sosial (social healing), bukan sekadar arena akademik. Kurikulum yang berbasis kesehatan mental dan sejarah kritis konstruktif akan membantu peserta didik memahami dirinya, menghargai orang lain, dan menghindari perilaku destruktif. Pendidikan semacam ini tidak hanya menumbuhkan kecerdasan intelektual, tetapi juga kecerdasan emosional dan spiritual yang berperan penting dalam membangun masyarakat yang damai dan berkeadilan.

Dengan demikian, penerapan kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental menjadi solusi konkret dan berkelanjutan untuk mencegah kasus bullying dan kekerasan di lembaga pendidikan. Kurikulum ini tidak hanya berfungsi sebagai alat pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana transformasi sosial yang menumbuhkan kesadaran kritis, empati, dan nilai kemanusiaan di kalangan generasi muda Indonesia.

Penelitian ini berangkat dari keresahan terhadap meningkatnya kasus bullying dan kekerasan di lingkungan pendidikan yang telah menjadi masalah serius dalam dunia pendidikan Indonesia. Fenomena tersebut tidak hanya mengancam keamanan fisik peserta didik, tetapi juga berdampak signifikan terhadap kondisi psikologis, prestasi belajar, serta perkembangan karakter siswa. Dalam konteks tersebut, muncul kebutuhan mendesak untuk meninjau kembali orientasi kurikulum pendidikan yang selama ini masih berfokus pada pencapaian kognitif dan hasil akademik, sementara aspek kesehatan mental dan kesejahteraan emosional siswa seringkali diabaikan. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk merumuskan model kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental yang berpijak pada perspektif sejarah kritis konstruktif sebagai solusi konseptual dan aplikatif dalam mencegah kekerasan serta bullying di lembaga pendidikan.

Rumusan masalah utama dalam penelitian ini berfokus pada bagaimana pendidikan dapat berfungsi tidak hanya sebagai proses transfer ilmu, tetapi juga sebagai instrumen pembentukan kepribadian yang sehat secara mental dan emosional. Penelitian ini mempertanyakan sejauh mana

kurikulum yang berlaku saat ini mampu menanamkan nilai-nilai kemanusiaan, empati, dan kesadaran sosial pada peserta didik. Selain itu, penelitian ini juga berusaha menjawab pertanyaan bagaimana pendekatan sejarah kritis konstruktif dapat digunakan untuk mereformulasi kurikulum agar lebih sensitif terhadap isu kekerasan, ketimpangan relasi kekuasaan, dan kesehatan mental siswa di lingkungan sekolah.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan pemahaman konseptual dan empiris mengenai pentingnya pendidikan berbasis kesehatan mental dalam membangun iklim sekolah yang aman dan inklusif. Penelitian ini juga bertujuan untuk menawarkan model konseptual kurikulum yang mampu mengintegrasikan nilai-nilai kesejahteraan psikologis, refleksi historis, dan sikap empatik dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan pendekatan sejarah kritis konstruktif, penelitian ini berupaya menunjukkan bahwa pendidikan seharusnya menjadi sarana pembebasan dari praktik kekerasan dan diskriminasi yang telah berlangsung lama dalam sistem pendidikan.

Manfaat penelitian ini terbagi ke dalam dua dimensi, yaitu teoretis dan praktis. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pendidikan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, filsafat pendidikan, dan kajian kurikulum. Temuan penelitian ini memperkaya khazanah keilmuan dengan menghadirkan sintesis antara teori kesehatan mental modern dan pendekatan sejarah kritis yang menekankan kesadaran reflektif terhadap realitas sosial pendidikan. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi lembaga pendidikan, guru, dan pembuat kebijakan untuk merancang strategi pembelajaran yang berorientasi pada kesejahteraan mental peserta didik, serta menciptakan lingkungan belajar yang ramah, empatik, dan bebas dari kekerasan.

Alasan dilakukannya penelitian ini dilatarbelakangi oleh fakta bahwa dunia pendidikan saat ini menghadapi tantangan serius dalam membangun karakter siswa yang tangguh dan berempati. Berbagai laporan dari lembaga nasional, seperti Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), menunjukkan bahwa kasus kekerasan di sekolah meningkat dari tahun ke tahun, yang menandakan adanya krisis moral dan kegagalan sistem pendidikan dalam menginternalisasi nilai-nilai kemanusiaan. Kurikulum yang terlalu berorientasi pada hasil belajar kognitif telah menciptakan ketimpangan antara pencapaian akademik dan kesehatan emosional siswa. Dalam situasi demikian, penelitian ini menjadi sangat relevan karena menawarkan paradigma baru yang menempatkan kesehatan mental sebagai fondasi utama dalam penyelenggaraan pendidikan. Pendekatan sejarah kritis konstruktif dipilih karena mampu menelusuri akar historis dari praktik kekerasan dalam sistem pendidikan serta memberikan dasar reflektif untuk membangun model kurikulum yang lebih adil, demokratis, dan berkeadilan sosial.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memahami realitas kekerasan di lembaga pendidikan, tetapi juga untuk memberikan solusi ilmiah dan humanis melalui rekonstruksi kurikulum yang berpihak pada kesehatan mental peserta didik. Melalui integrasi antara pendekatan psikologis dan sejarah kritis, diharapkan muncul kesadaran baru bahwa pendidikan sejati adalah proses pembebasan yang menumbuhkan manusia seutuhnya cerdas secara intelektual, kuat secara emosional, dan berkepribadian empatik terhadap sesama.

METODE

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif-analitis dan kajian kepustakaan (library research). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada penggalian konsep, teori, dan hasil penelitian sebelumnya mengenai integrasi kesehatan mental dalam kurikulum serta relevansinya dengan pencegahan bullying.

Menurut Creswell (2018), pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti "to explore and understand the meaning individuals or groups ascribe to a social or human problem." Dalam konteks ini, peneliti menafsirkan fenomena bullying dan kekerasan di lembaga pendidikan melalui kerangka teoritis sejarah kritis konstruktif untuk menghasilkan konsep kurikulum yang berorientasi pada kesehatan mental dan kesejahteraan peserta didik.

Pendekatan sejarah kritis konstruktif juga diterapkan untuk menelaah perkembangan paradigma pendidikan dari masa ke masa, sebagaimana dinyatakan oleh Carr dan Kemmis (1986) bahwa pendekatan kritis "aims to transform educational practices by revealing and reconstructing the historical and ideological roots of oppression." Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga reflektif dan transformatif.

2. Sumber Data

Data dalam penelitian ini diperoleh dari dua jenis sumber utama:

1. Sumber primer, berupa buku, artikel jurnal ilmiah, dan dokumen resmi terkait kurikulum pendidikan, kesehatan mental, serta teori sejarah kritis.
2. Sumber sekunder, berupa laporan lembaga resmi (misalnya Kementerian Pendidikan, Kementerian Kesehatan, WHO, dan KPAI), hasil penelitian terdahulu, serta publikasi ilmiah daring yang relevan.

Data yang dikumpulkan mencakup teori, temuan, dan kebijakan yang berkaitan dengan pencegahan bullying, pendidikan karakter, dan penguatan literasi kesehatan mental di sekolah.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi literatur sistematis (*systematic literature review*), dengan tahapan sebagai berikut:

1. Menentukan kata kunci penelitian: *mental health education, curriculum development, bullying prevention, critical history of education.*
2. Melakukan penelusuran pustaka melalui database ilmiah seperti Google Scholar, DOAJ, ResearchGate, dan jurnal nasional terakreditasi Sinta.
3. Melakukan seleksi literatur berdasarkan kriteria inklusi: (a) publikasi 10 tahun terakhir, (b) relevan dengan topik kurikulum dan kesehatan mental, dan (c) memiliki keterkaitan dengan praktik pendidikan di Indonesia atau konteks serupa.
4. Melakukan pencatatan referensi menggunakan perangkat manajemen referensi (Zotero atau Mendeley) agar sistematis dan sesuai gaya APA.

4. Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis isi (content analysis) dengan pendekatan interpretatif. Tahapan analisis meliputi:

1. Reduksi data, yaitu memilah informasi yang relevan dari sumber pustaka.
2. Kategorisasi data, yaitu mengelompokkan konsep berdasarkan tema besar seperti kesehatan mental, bullying, dan teori pendidikan kritis.

3. Interpretasi data, yaitu menafsirkan hubungan antara temuan literatur dengan konsep kurikulum berbasis kesehatan mental.
4. Sintesis konseptual, yaitu merumuskan model konseptual kurikulum yang berorientasi pada pencegahan kekerasan dan pembentukan kesejahteraan psikologis siswa.

Miles, Huberman, dan Saldaña (2014) menjelaskan bahwa proses analisis data kualitatif adalah "an iterative process involving data condensation, data display, and conclusion drawing/verification." Oleh karena itu, seluruh proses dilakukan secara reflektif dan terus-menerus hingga diperoleh temuan yang mendalam dan kredibel.

5. Uji Keabsahan Data

Untuk menjamin validitas hasil penelitian, dilakukan triangulasi sumber dan validasi teoritik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai referensi ilmiah (buku, jurnal, dan laporan lembaga resmi), sementara validasi teoritik dilakukan melalui analisis kesesuaian antara konsep teoritis (misalnya teori psikologi positif, teori pendidikan humanistik, dan sejarah kritis) dengan hasil temuan pustaka.

Menurut Moleong (2019), keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat dicapai melalui empat kriteria: *credibility, transferability, dependability,* dan *confirmability.* Oleh karena itu, seluruh tahap analisis dilakukan secara transparan dan dapat ditelusuri melalui dokumentasi referensi.

6. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tahun 2025 di dua lembaga: Universitas Khairun (Unkhair) sebagai institusi akademik utama, dan Lembaga Studi Inovasi Pendidikan Indonesia (LSIPI) sebagai mitra penelitian literatur. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung selama empat bulan, yakni dari Juli hingga Oktober 2025. Q34`

HASIL PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental memiliki potensi yang signifikan dalam menekan angka kasus bullying dan kekerasan di lembaga pendidikan. Melalui telaah literatur dan analisis kritis terhadap berbagai sumber ilmiah, ditemukan bahwa sistem pendidikan saat ini masih terlalu berorientasi pada capaian kognitif, sementara aspek kesejahteraan psikologis peserta didik belum mendapat perhatian proporsional. Akibatnya, ruang kelas sering kali menjadi lingkungan kompetitif yang memicu tekanan mental, kecemasan, serta ketimpangan relasi sosial di antara siswa.

Penelitian ini mengonfirmasi bahwa integrasi kesehatan mental dalam kurikulum bukan hanya penting dari sisi psikologis, tetapi juga merupakan strategi pendidikan yang bersifat preventif terhadap kekerasan. Seligman (2011) menjelaskan bahwa pendidikan yang berorientasi pada kesejahteraan psikologis melalui pendekatan *positive education* mampu meningkatkan rasa bahagia, empati, dan resiliensi siswa. Dengan menanamkan nilai-nilai keseimbangan emosional dan kesadaran sosial dalam kegiatan belajar, sekolah dapat menciptakan budaya empatik yang menekan potensi lahirnya perilaku agresif dan diskriminatif. Hasil ini sejalan dengan penelitian McCall, Simons, dan O'Connor (2020) yang menemukan bahwa penerapan program literasi kesehatan mental di sekolah menurunkan insiden perundungan hingga 30% dalam kurun waktu satu tahun ajaran.

Selain itu, hasil kajian menunjukkan bahwa kurikulum konvensional masih kurang responsif terhadap isu kesehatan mental. Ningsih dan Suryadi (2021) melaporkan bahwa sebagian

besar guru di sekolah menengah belum memiliki kompetensi memadai dalam literasi kesehatan mental, sehingga belum mampu menanamkan nilai kesejahteraan emosional secara eksplisit dalam proses pembelajaran. Fakta ini memperkuat argumen bahwa sistem pendidikan memerlukan reformasi kurikuler yang lebih humanistik dan berbasis empati.

Dalam perspektif sejarah kritis konstruktif, pendidikan harus dipahami bukan hanya sebagai proses transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai arena pembebasan dari kekerasan simbolik yang diwariskan oleh struktur sosial masa lalu. Freire (1970) menegaskan bahwa "pendidikan yang sejati adalah praktik pembebasan, bukan penindasan," di mana proses belajar harus menumbuhkan kesadaran kritis peserta didik terhadap ketidakadilan sosial di sekitarnya. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan sejarah kritis membantu mengungkap bahwa kekerasan dalam pendidikan—baik dalam bentuk hukuman fisik, verbal, maupun struktural—seringkali merupakan hasil warisan sistem kolonial dan otoriter yang masih tersisa dalam praktik pembelajaran modern.

Temuan ini didukung oleh hasil penelitian Hidayat (2020) yang menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran sejarah kritis dan reflektif dalam pendidikan menurunkan konflik antarsiswa hingga 25% dalam satu semester. Artinya, ketika siswa diajak untuk memahami sejarah kekerasan dan ketidakadilan, mereka menjadi lebih reflektif dan empatik terhadap perbedaan sosial di lingkungan mereka. Pendekatan ini menjadikan kurikulum tidak hanya sebagai instrumen akademik, tetapi juga sebagai media transformasi sosial yang menumbuhkan kesadaran moral dan psikologis.

Lebih jauh, penelitian ini menemukan adanya hubungan yang erat antara literasi kesehatan mental dan perilaku sosial siswa. Putri dan Santosa (2022) menemukan bahwa siswa dengan tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi memiliki kemungkinan 42% lebih rendah untuk terlibat dalam tindakan bullying dibandingkan dengan siswa yang tidak memiliki pemahaman serupa. Temuan ini memperkuat hipotesis bahwa kesehatan mental memiliki fungsi sosial, yakni menumbuhkan kesadaran terhadap nilai kemanusiaan dan mengurangi kecenderungan kekerasan interpersonal.

Secara konseptual, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya membangun kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental dengan pendekatan sejarah kritis konstruktif. Kurikulum semacam ini tidak hanya menempatkan kesejahteraan psikologis siswa sebagai tujuan, tetapi juga mengajak seluruh elemen pendidikan untuk merefleksikan akar historis dari praktik kekerasan dan ketidakadilan dalam sistem pembelajaran. Foucault (1977) dalam *Discipline and Punish* menjelaskan bahwa sistem pendidikan modern sering menjadi alat "disiplin" yang membentuk kepatuhan tanpa memberi ruang bagi kebebasan berpikir. Dalam kerangka penelitian ini, pemikiran Foucault menegaskan urgensi untuk merekonstruksi paradigma pendidikan agar lebih partisipatif dan dialogis.

Dengan demikian, pembahasan ini mengarah pada simpulan sementara bahwa kurikulum berbasis kesehatan mental tidak dapat berdiri sendiri tanpa dukungan refleksi sejarah kritis yang membangun kesadaran institusional. Pendidikan harus bertransformasi menjadi ruang penyembuhan sosial (*social healing space*), di mana setiap peserta didik merasa aman, dihargai, dan didukung secara emosional. Kurikulum seperti ini bukan hanya mencegah bullying dan kekerasan, tetapi juga memperkuat fondasi karakter bangsa yang berlandaskan empati, kemanusiaan, dan keadilan sosial.

Penelitian ini menegaskan bahwa kurikulum pendidikan berbasis kesehatan mental merupakan langkah strategis dan mendasar dalam membangun sistem pendidikan yang humanis,

inklusif, serta bebas dari kekerasan. Hasil analisis menunjukkan bahwa kekerasan dan bullying di lembaga pendidikan bukan hanya persoalan perilaku individu, tetapi juga manifestasi dari sistem pendidikan yang belum sepenuhnya memperhatikan kesejahteraan psikologis peserta didik. Kurikulum yang masih berorientasi pada capaian kognitif dan hasil akademik telah mengabaikan aspek afektif dan sosial yang sesungguhnya menjadi inti dari pembentukan karakter dan kepribadian siswa.

Integrasi konsep kesehatan mental dalam kurikulum mampu memperkuat nilai-nilai empati, toleransi, dan kesadaran diri pada peserta didik. Pendidikan yang menumbuhkan kesejahteraan psikologis menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan berorientasi pada kebahagiaan serta keseimbangan emosional. Sejalan dengan temuan Seligman (2011) dan McCall et al. (2020), kurikulum yang mengedepankan *positive education* terbukti dapat menurunkan insiden bullying dan meningkatkan hubungan sosial antar siswa.

Lebih jauh, penerapan pendekatan sejarah kritis konstruktif dalam perancangan kurikulum menjadi kunci reflektif untuk memahami akar historis kekerasan di dunia pendidikan. Melalui analisis sejarah pendidikan yang kritis sebagaimana diungkap oleh Freire (1970) dan Foucault (1977), lembaga pendidikan dapat merekonstruksi paradigma pengajaran dari yang bersifat otoriter menuju sistem yang partisipatif dan dialogis. Dengan demikian, kurikulum tidak hanya berfungsi sebagai perangkat transfer ilmu, tetapi juga sebagai instrumen transformasi sosial yang membebaskan dari praktik diskriminatif dan represif.

DAFTAR PUSTAKA

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kurikulum berbasis kesehatan mental dengan landasan sejarah kritis konstruktif berperan ganda: pertama, sebagai instrumen preventif untuk mencegah bullying dan kekerasan di sekolah; kedua, sebagai sarana reflektif untuk membangun budaya pendidikan yang adil, empatik, dan menyehatkan secara emosional. Implementasi kurikulum semacam ini menuntut kolaborasi antara guru, siswa, lembaga pendidikan, dan pembuat kebijakan agar terbentuk ekosistem pendidikan yang sadar mental, reflektif terhadap sejarah, dan berorientasi pada kemanusiaan.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan pendidikan nasional yang menempatkan kesehatan mental sebagai komponen inti dalam proses pembelajaran. Sementara secara teoretis, penelitian ini memperkaya khazanah keilmuan dengan menghubungkan teori sejarah kritis dan psikologi positif dalam kerangka konstruksi kurikulum yang berkeadilan sosial. Pendidikan yang berlandaskan kesehatan mental bukan hanya mencegah kekerasan, tetapi juga menjadi sarana membentuk generasi yang berpikir kritis, berjiwa empatik, dan berkarakter humanis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Universitas Khairun (Unkhair) yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas dalam proses penyusunan penelitian ini. Penghargaan yang mendalam juga disampaikan kepada Lembaga Studi Inovasi Pendidikan Indonesia (LSIPI) atas

kerja sama, masukan ilmiah, serta dukungan literatur yang sangat berharga dalam pelaksanaan kajian ini.

Penulis juga berterima kasih kepada para dosen pembimbing, sejawat peneliti, dan para ahli pendidikan yang telah memberikan pandangan kritis serta saran konstruktif selama proses penelitian dan penulisan berlangsung. Tidak lupa, apresiasi disampaikan kepada seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi dalam bentuk data, referensi, maupun motivasi, sehingga karya ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, segala masukan dan kritik yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ilmiah ini di masa mendatang. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat nyata bagi pengembangan ilmu pendidikan, khususnya dalam membangun kurikulum yang berlandaskan kesehatan mental, kemanusiaan, dan keadilan sosial.

REFERENCES

Carr, W., & Kemmis, S. (1986). *Becoming critical: Education, knowledge and action research.* London: Falmer Press.

Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Foucault, M. (1977). *Discipline and punish: The birth of the prison.* New York, NY: Pantheon Books.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2023). *Laporan tahunan perlindungan anak Indonesia.* Jakarta: KPAI.

Freire, P. (1970). *Pedagogy of the oppressed.* New York, NY: Continuum.

Handayani, A. A., & Falah, F. (2023). Bullying prevention in schools: Evaluating social, economic, and technological interventions. *Journal of Health Literacy and Qualitative Research, 3*(2), 85–98. https://journal.sinergi.or.id/index.php/jhlqr/article/download/529/490/4885

Hidayat, R. (2020). Implementasi pembelajaran sejarah kritis dalam menumbuhkan empati sosial siswa. *Jurnal Pendidikan dan Sejarah, 12*(1), 45–56.

Hurlock, E. B. (2014). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Alih bahasa Istiwidayanti). Jakarta: Erlangga.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman layanan kesehatan jiwa di sekolah*. Jakarta: Kemenkes RI.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2023). *Laporan tahunan perlindungan anak Indonesia*. Jakarta: KPAI.

McCall, H., Simons, K., & O'Connor, J. (2020). School-based mental health literacy programs and their effect on bullying prevention: A longitudinal study. *Journal of Educational Psychology, 112*(3), 481–495.

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Moleong, L. J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Ningsih, D. P., & Suryadi, E. (2021). Literasi kesehatan mental guru dan dampaknya terhadap pembelajaran yang berkarakter. *Jurnal Pendidikan Humaniora, 9*(2), 112–121.

Olweus, D. (2013). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Malden, MA: Blackwell Publishing.

Prasetyo, M. A. M., Fadlin, I., & Madman, R. (2023). Towards a bully-free pesantren: The role of educational management with adaptive psychology and mental health interventions. *At-Ta'dib, 18*(1), 90–105.

Putri, R. D., & Santosa, T. W. (2022). The correlation between mental health literacy and bullying behavior in adolescents. *International Journal of Education and Psychology, 4*(1), 23–34.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.

Wulandari, D. A., Na'imah, T., & Dwiyanti, R. (2022). Bullying prevention and intervention in schools: Implications of participatory action research. *International Journal of Social Sciences and Humanities Research, 5*(4), [Article 13]. https://www.ijsshr.in/v5i4/13.php.