

Implementasi Deep Learning melalui Pendampingan Kesehatan Mental Peserta Didik bagi Pemberdayaan Guru Sekolah Dasar

Zumrotus Sa'diyah¹, Midya Yuli Amreta², Khoirotus Silfiyah³,
Widya Mufidatul 'Ula⁴, Saskia Agustina⁵, Nurul Khofifah Tunni'mah⁶

Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, Indonesia^{1,2,3,4,5,6}
{zumrotus@unugiri.ac.id¹, midyaamreta@gmail.com², khoirotussilfiyah@unugiri.ac.id³,
ulawidya36@gmail.com⁴, saskiaagustina012@gmail.com⁵, iffanurul908@gmail.com⁶}

Submission: 2025-11-24		Received: 2026-03-30	Published: 2026-03-30
Keywords: Implementation; Deep Learning; Mental Health Support; Empowerment of Elementary School Teachers.		Abstract. This community service program aims to improve the understanding and skills of elementary school teachers in Ngasem District, Bojonegoro Regency, in recognizing students' psychological conditions and integrating them into Deep Learning-based instruction. The program involved 174 teachers who are members of the Teacher Working Group (KKG) and was implemented using a participatory mentoring approach consisting of five stages: socialization, training, technology integration, mentoring and evaluation, and program sustainability. The evaluation employed a pretest-posttest design, observation sheets, and assessment rubrics. The instruments included a conceptual understanding test, an early identification rubric for students' psychological conditions, and an observation sheet for classroom implementation. The results indicate an increase in teachers' conceptual understanding from 58.5% to 89.25% (an increase of 30.75%), instructional design skills from 64% to 90% (an increase of 26%), and the integration of mental health aspects from 59% to 83.67% (an increase of 24.67%). Early identification skills improved from 55% to 80% (an increase of 25%), as reflected in teachers' ability to recognize signs of stress, anxiety, and behavioral changes in students. In addition, teachers' innovative and adaptive attitudes increased from 60.75% to 88% (an increase of 27.25%). These findings demonstrate that KKG-based mentoring is effective in enhancing teachers' capacity in a measurable way across knowledge, skills, and the implementation of learning practices that are sensitive to students' mental health	
Katakunci: Implementasi; Deep Learning; Pendampingan Kesehatan Mental; Pemberdayaan Guru Sekolah Dasar.		Abstrak. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru sekolah dasar di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Bojonegoro, dalam mengenali kondisi psikologis peserta didik serta mengintegrasikannya ke dalam pembelajaran berbasis Deep Learning. Program ini melibatkan 174 guru yang tergabung dalam Kelompok Kerja Guru (KKG) dan dilaksanakan melalui pendekatan pendampingan partisipatif yang terdiri atas lima tahapan, yaitu sosialisasi, pelatihan, integrasi teknologi, pendampingan dan evaluasi, serta keberlanjutan program. Evaluasi dilakukan	

menggunakan desain pretest–posttest, lembar observasi, dan rubrik penilaian. Instrumen yang digunakan meliputi tes pemahaman konseptual, rubrik identifikasi dini kondisi psikologis peserta didik, serta lembar observasi implementasi pembelajaran. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman konseptual guru dari 58,5% menjadi 89,25% (meningkat sebesar 30,75%), keterampilan menyusun desain pembelajaran dari 64% menjadi 90% (meningkat sebesar 26%), serta kemampuan mengintegrasikan aspek kesehatan mental dalam pembelajaran dari 59% menjadi 83,67% (meningkat sebesar 24,67%). Keterampilan identifikasi dini kondisi psikologis peserta didik juga meningkat dari 55% menjadi 80% (meningkat sebesar 25%), yang tercermin dari kemampuan guru dalam mengenali tanda-tanda stres, kecemasan, dan perubahan perilaku pada peserta didik. Selain itu, sikap inovatif dan adaptif guru meningkat dari 60,75% menjadi 88% (meningkat sebesar 27,25%). Temuan ini menunjukkan bahwa pendampingan berbasis KKG efektif dalam meningkatkan kapasitas guru secara terukur, baik pada aspek pengetahuan, keterampilan, maupun implementasi praktik pembelajaran yang responsif terhadap kesehatan mental peserta didik.

1 Pendahuluan

Sehat merupakan kondisi menyeluruh di mana individu dapat menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik. Individu dianggap sehat bukan hanya karena tidak sakit, tetapi juga jika individu hidup dengan kualitas yang baik dan seimbang di aspek fisik, mental, dan sosial. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah menetapkan bahwa definisi kesehatan mencakup kesejahteraan secara menyeluruh yaitu kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara utuh (Calundu R, 2018) (Sarbiah A, 2023). Kebijakan WHO ini harus diterapkan oleh kebijakan kesehatan di semua negara anggota WHO dan harus mencakup ketiga elemen tersebut (Fauziah, dkk., 2024) (Agnesya N, 2024) (Fitriani A, 2024). Di seluruh dunia, kesehatan mental kini tidak lagi dianggap sebagai masalah sampingan dalam pembangunan kesehatan, mengingat dampak negatif yang ditimbulkan oleh kondisi kesehatan mental yang buruk. Menurut UU No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan Tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mempertahankan dan meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan sosialnya, sehingga mereka dapat menjadi produktif secara ekonomi dan

sosial (Jamaliah N, 2023) (Hasnidar H, 2020) (Sulaiman ES, 2021). Dari pernyataan tersebut, kesehatan penting dalam meningkatkan keterampilan dan kreativitas seseorang, dalam dunia pendidikan di Sekolah Dasar (SD) dapat bermanfaat dalam meningkatkan pembelajaran untuk menerima informasi, keterampilan, dan motivasi di sekolah. Sukaakhy menyatakan bahwa "there is no health without mental health," yang berarti kesehatan fisik dan mental sama pentingnya (Becker SH, dkk., 2024) (Gbadegesin AS, 2024). Kondisi fisik dan psikologis setiap orang saling terkait, faktor psikologis ini mencakup aspek emosi, mental, dan jiwa yang berbeda-beda untuk setiap siswa. Kemampuan berpikir akan memengaruhi cara peserta didik berpikir (Fridayani JA & Riastuti A, 2022) seperti kemampuan mereka untuk memahami dan menyelesaikan masalah selama proses pembelajaran untuk efektif dan efisien.

Pembekalan kesehatan mental peserta didik dimulai sejak pendidikan dasar, pendidikan mental di sekolah dasar dapat dilihat dari berbagai perspektif, baik dari sisi guru maupun siswa (Huda AASB, 2024b) (Huda AASB, 2024a) (Rizky R & Hariandi A, 2024). Guru yang menjaga kesehatan mental dirinya sendiri dapat memberikan pengaruh positif pada siswa serta membangun hubungan yang baik dengan peserta didik. Selain itu, guru yang memahami teori kesehatan mental dan menerapkan pendekatan pengasuhan yang aman dapat menciptakan lingkungan belajar yang positif dan produktif. Sebagai guru sekolah dasar harus mempelajari dan memahami kesehatan mental secara teoritis maupun praktik, karena pada jenjang sekolah dasar guru kelas juga menjadi guru konseling (Budiono R, 2024) (MELENI, 2023) (Fadil, 2023) (Paratiwi T, 2023). Hal ini bertujuan untuk menanamkan dasar kesehatan mental siswa, meningkatkan pemahaman, kesadaran dan keterampilan dalam mengelola kesehatan mental peserta didiknya. Serta dapat memberi penanganan atau konseling jika terjadi permasalahan kesehatan mental ringan pada peserta didiknya, hal ini seperti halnya memahami emosi, mengatasi stres, menjaga hubungan baik dengan orang lain. Kesehatan mental bagi siswa sekolah dasar sangat dibutuhkan karena kondisi kesehatan mental siswa sangat berpengaruh pada perkembangan emosional, kognitif, sosial, kemampuan belajar, menjaga hubungan baik dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

Beberapa aktivitas di lapangan ditemui kasus-kasus menyimpang yang terjadi seperti masalah di lembaga pendidikan terkait dengan masalah psikologis para murid, bullying, persoalan kekerasan, persoalan kesulitan belajar, pengembangan bakat dan minat dll (Husnunnadia R, 2024) (Lestari, 2016) (Anggraini N, 2021). Sebagai upaya mengantisipasi dan menyelesaikan masalah dengan program bimbingan konseling. Dengan demikian guru harus menguasai keterampilan konseling karena peran mereka tidak hanya sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pendamping bagi perkembangan emosional dan mental siswa (Amaliyah, A., & Rahmat, 2021) (Wati MLK & Subyantoro S, 2024) (Suryanto IW, dkk., 2024). Kemampuan konseling memungkinkan guru untuk lebih peka terhadap kebutuhan psikologis peserta didik, membantu mereka mengatasi masalah pribadi, dan memberikan dukungan yang diperlukan dalam situasi yang sulit (NOVIAR, dkk., 2024) (Mukhlisin, A., & Muda, 2024). Dengan menguasai konseling, guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif, mendukung, dan aman bagi siswa. Guru mengidentifikasi tanda-tanda masalah kesehatan mental sejak dini dan memberikan intervensi yang tepat. Jika siswa belajar dalam kondisi mental yang baik maka pembelajaran juga akan berjalan dengan lancar dan tujuan pembelajaran tercapai sesuai harapan.

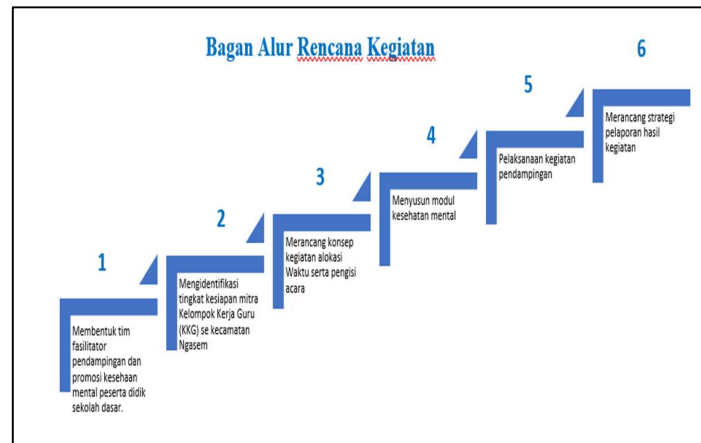
Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen) menghimbau kepada sekolah dasar dan menengah agar menggunakan pendekatan pembelajaran Deep Learning, yaitu kegiatan pembelajaran untuk menguatkan pemahaman secara mendalam dengan berbagai kegiatan yang didesain khusus oleh guru (Nugroho, dkk., 2025). Dengan pendekatan Deep Learning yang diimplementasikan dengan baik, maka pembelajaran dapat lebih bermakna dan bermanfaat menyelesaikan permasalahan dan tantangan pada kehidupan sehari-hari (Mutmainnah N & Adrias A, 2025) (Wijaya, dkk., 2025). Pendekatan Deep Learning dalam pendidikan bertujuan untuk mendorong pemahaman yang mendalam dan bermakna, bukan sekadar penghafalan. Tiga pilar utama meliputi Meaningful Learning, yaitu keterkaitan antara pengetahuan baru dengan pengalaman sebelumnya serta aplikasinya dalam kehidupan nyata; Mindful Learning, yaitu kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap proses belajarnya melalui refleksi dan metakognisi; dan Joyful Learning, yaitu penciptaan lingkungan belajar yang positif dan

menyenangkan guna meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa (Diputera, A. M., & Zulpan, 2024). Sebagai bentuk responsif atas aturan baru tersebut, guru-guru sekolah dasar di Kecamatan Ngasem belum sepenuhnya mempunyai bekal pengetahuan terkait kesehatan mental dan konseling, dengan diadakannya pelatihan dan promosi kesehatan mental ini, diharapkan dapat menambah wawasan baru bagi guru Sekolah Dasar (SD) khususnya di Kecamatan Ngasem Kabupaten Bojonegoro.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam “Pendampingan Kesehatan Mental Peserta Didik Sekolah Dasar Bagi Kelompok Kerja Guru (KKG) sebagai Bekal Implementasi Deep Learning di Kecamatan Ngasem Bojonegoro” ini sesuai dengan Indikator Kinerja Utama (IKU) perguruan tinggi. IKU yang relevan adalah IKU 2, yaitu mahasiswa mendapat pengalaman di luar kampus. Melalui keterlibatan langsung di sekolah, mahasiswa memperoleh pengalaman praktis yang sangat bermanfaat dalam pengembangan kompetensi diri. Kegiatan ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk belajar di luar ruang kelas, menerapkan berbagai model pembelajaran, serta mengasah keterampilan yang relevan dengan kebutuhan dunia kerja dan masyarakat. Selanjutnya, kegiatan ini juga mendukung IKU 3, yaitu dosen berkegiatan di luar kampus. Dalam hal ini, dosen tidak hanya menjalankan aktivitas akademik di lingkungan kampus, tetapi juga berperan aktif dalam pendampingan dan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat secara langsung di lapangan. Kegiatan ini juga terkait dengan IKU 5, yakni hasil kerja dosen digunakan oleh masyarakat. Output dari kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat nyata, khususnya bagi sekolah-sekolah di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Bojonegoro. Dampaknya dapat dirasakan secara langsung oleh Kelompok Kerja Guru (KKG) serta para peserta didik tingkat sekolah dasar.

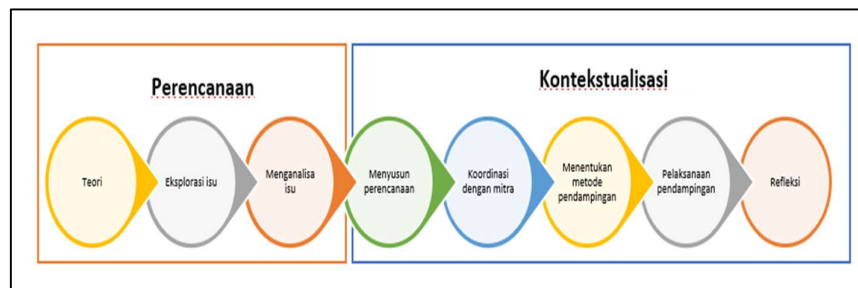
2 Metode

Sebagaimana perencanaan alur pendampingan, akan ada alur perencanaan kegiatan yang akan dilakukan oleh tim pendamping bersama Bapak Ibu guru Kelompok Kerja Guru (KKG) Kecamatan Ngasem sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Rencana Kegiatan

Selain itu dalam pelaksanaan kegiatan pendampingan dan promosi kesehatan mental peserta didik sekolah dasar bagi Kelompok Kerja Guru (KKG) se-Kecamatan Ngasem, ada tahap pengenalan dan tahap kontekstualisasi. Tahapan tersebut mempunyai rincian kegiatan yang akan dilakukan sebagai berikut:



Gambar 2. Urutan Pelaksanaan Pendampingan

Partisipasi mitra dalam kegiatan ini sangat penting untuk memastikan keberhasilan program pendampingan dan promosi kesehatan mental anak. Guru-guru yang tergabung dalam KKG Kecamatan Ngasem sebagai mitra utama dalam pengabdian ini berperan aktif dalam pelaksanaan pelatihan, implementasi rencana aksi kesehatan mental, dan pengawasan berkelanjutan terhadap kesehatan mental siswa. Untuk mengetahui sejauh mana tujuan program tercapai, apa saja kendala yang dihadapi, dan bagaimana perbaikan yang bisa dilakukan untuk program yang akan datang, maka diperlukan evaluasi yang bertujuan untuk menilai efektivitas, efisiensi, dan dampak dari kegiatan pendampingan serta promosi kesehatan mental anak yang dilakukan

bagi Kelompok Kerja Guru (KKG) di Kecamatan Ngasem. Evaluasi kegiatan pendampingan dilakukan dengan metode pre-test, post-test, observasi langsung dan wawancara dengan instrumen yang disesuaikan dengan tujuan kegiatan.

Kegiatan pengabdian kemitraan kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan 5 tahapan yaitu sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan dan evaluasi, dan keberlanjutan program. Tahap pertama berupa sosialisasi terkait kesehatan mental anak sekolah dasar kepada calon mitra pengabdian masyarakat yaitu Kelompok Kerja Guru (KKG) di Kecamatan Ngasem, Bojonegoro. Tahap yang kedua yaitu pelatihan terkait pelaksanaan pendampingan dan promosi kesehatan mental peserta didik sekolah dasar dengan sasaran seluruh anggota Kelompok Kerja Guru (KKG) melalui forum seminar yang dibimbing oleh narasumber yang ahli dalam bidang kesehatan mental dan psikologi. Kemudian diakhir kegiatan ada praktik konseling antar teman sejawat. Tahap yang ketiga yaitu penerapan teknologi. Disini pemanfaatan teknologi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian antara lain internet untuk mengakses permasalahan kesehatan mental yang terjadi pada anak sekolah dasar, youtube untuk mengakses video materi tambahan dan modul kesehatan mental yang di kombinasikan dengan aplikasi wizer.me. Tahap yang keempat yaitu pendampingan dan evaluasi. Pada tahap ini tim fasilitator melaksanakan pendampingan dalam implementasi kesehatan mental di sekolah melalui bimbingan secara personal jika ada kesulitan dalam implementasinya, serta tim fasilitator mengunjungi beberapa sekolah untuk observasi implementasi kegiatan kesehatan mental dan konseling. Jika dalam prosesnya ada kendala dan masalah akan didiskusikan untuk mencari solusi yang lebih baik kedepannya. Tahap yang kelima yaitu keberlanjutan program, yang mana ini merupakan tindak lanjut dari evaluasi bersama. Kegiatan ini sebagai bekal penguatan kompetensi guru dalam implementasi pendekatan Deep Learning.

3 Hasil

Pelaksanaan pendampingan kesehatan mental bagi Kelompok Kerja Guru (KKG) se-Kecamatan Ngasem sebagai bekal implementasi pembelajaran *Deep Learning* dilaksanakan di Aula SDN Ngasem 1.

Kegiatan tersebut dihadiri oleh 174 guru sekolah dasar yang ada di Kecamatan Ngasem. Seluruh guru mengikuti pelatihan dari awal hingga akhir dengan penuh semangat dan antusias. Program pendampingan ini merupakan kegiatan pertama yang dilaksanakan di tingkat sekolah dasar khususnya pengetahuan tentang materi kesehatan mental. Guru menjelaskan bahwa kegiatan ini sangat membantu para guru dalam memahami kondisi peserta didik sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan peserta didik.



Gambar 3. Kedatangan Peserta

Rangkaian program kegiatan pendampingan dimulai dengan memberikan materi kesehatan mental yang disampaikan oleh pemateri Khoirotus Silfiyah. Dalam materi tersebut, seluruh guru mendapatkan materi tentang apa yang dimaksud dengan kesehatan mental, pentingnya Kesehatan mental bagi guru dan peserta didik, ciri-ciri dan gejala permasalahan kesehatan mental serta penanganan awal yang diberikan kepada peserta didik. Dalam sesi pemaparan materi, seluruh peserta antusias dan aktif tanya jawab seputar permasalahan yang dialami setiap hari. Pada dasarnya, sekolah merupakan lingkungan yang paling strategis dalam mempromosikan kesehatan mental. Guru di samping memberikan pengetahuan, dalam hal lain juga sebagai detektor dini ketika anak mengalami suatu permasalahan. Peran Guru dalam mempromosikan dan mendukung kesehatan mental pada peserta didik sangat dibutuhkan agar peserta didik mampu dan memiliki mental sehat dalam proses pembelajaran. Ketika mental sehat, maka peserta didik akan mencapai tujuan pembelajaran yang optimal.



Gambar 4. Materi Kesehatan Mental

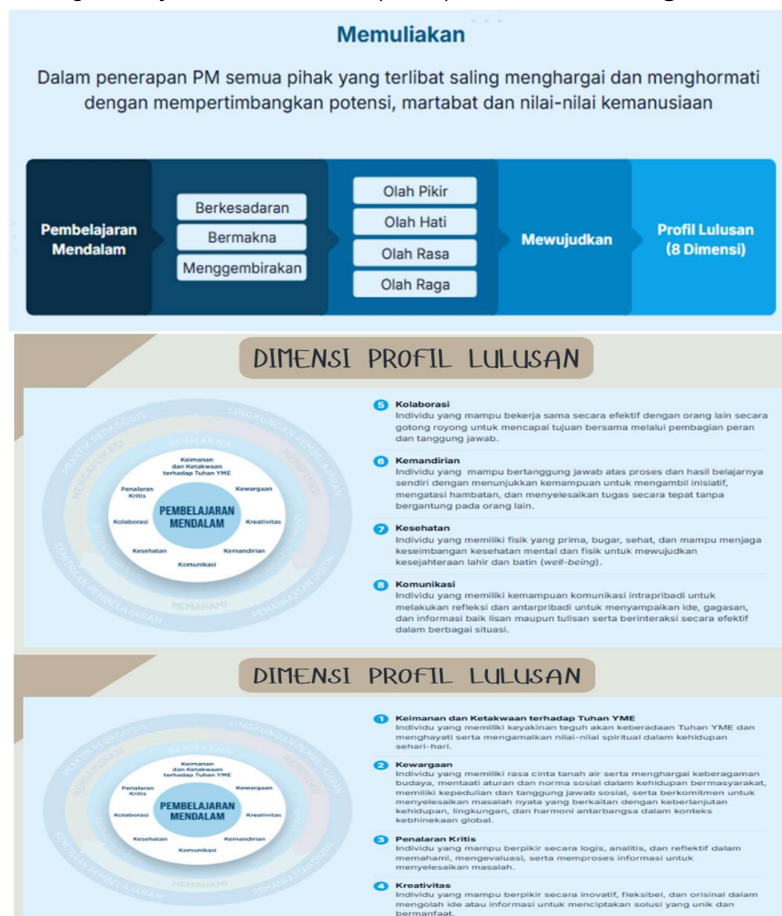
Rangkaian terakhir pada materi kesehatan mental yaitu tanya jawab seputar berbagi cerita terkait kondisi peserta didik yang mengalami permasalahan Kesehatan mental dan permasalahan psikologis siswa. Salah satunya yaitu bagaimana mengetahui bahwa peserta didik mengalami kesulitan belajar dan solusi yang bisa diberikan. Dalam hal ini, peran orang tua juga sangat berpengaruh terhadap proses belajar dan juga kesehatan mentalnya. Peran orang tua yaitu memastikan dan mendampingi anak bertumbuh dan berkembang dengan sehat.

Untuk itu, terdapat sebuah pendekatan yang perlu dipraktikkan secara langsung oleh guru untuk memastikan peserta didik tidak mengalami masalah kesehatan mental. Pendekatan yang digunakan yaitu melalui Psychological First Aid (PFA), para guru dilatih mengenali dan menangani gejala awal gangguan mental pada siswa melalui tiga langkah sederhana namun bermakna: 1) Look (Amati) — Mengamati kondisi emosional dan perilaku peserta didik di kelas, 2) Listen (Dengarkan) — Memberikan ruang bagi siswa untuk berbicara tanpa penghakiman, 3) Link (Hubungkan) — Mengarahkan siswa kepada sumber daya yang sesuai seperti konselor, psikolog, atau psikiater bila diperlukan. Ketiga tahapan tersebut perlu dikuasai oleh guru guna mengatasi gejala permasalahan pada peserta didik.

Selain materi kesehatan mental, peserta didik juga mendapatkan materi tentang pembelajaran *Deep Learning* yang disampaikan oleh Midya Yuli Amreta. Sesuai dengan peraturan Kemendikdasmen bahwa pembelajaran yang diimplementasikan yaitu *Deep Learning*. *Deep*

Learning merupakan pembelajaran menekankan pada makna mendalam terhadap pengetahuan.

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen) menghimbau kepada sekolah dasar dan menengah agar menggunakan pendekatan pembelajaran *Deep Learning*, yaitu kegiatan pembelajaran untuk menguatkan pemahaman secara mendalam dengan berbagai kegiatan yang didesain khusus oleh guru. Dengan pendekatan *Deep Learning* juga dapat diimplementasikan dengan baik sehingga pembelajaran dapat lebih bermakna dan bermanfaat menyelesaikan permasalahan dan tantangan pada kehidupan sehari-hari. Dalam proses pelaksanaan pendekatan *Deep Learning* bertujuan untuk mencapai 8 profil lulusan sebagai berikut:



Gambar 5. Profil Lulusan *Deep Learning*

Pendekatan *Deep Learning* dalam pendidikan bertujuan untuk mendorong pemahaman yang mendalam dan bermakna, bukan sekadar penghafalan. Tiga pilar utama meliputi *Meaningful Learning*, yaitu keterkaitan antara pengetahuan baru dengan pengalaman sebelumnya serta aplikasinya dalam kehidupan nyata; *Mindful Learning*, yaitu kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap proses belajarnya melalui refleksi dan metakognisi; serta *Joyful Learning*, yaitu penciptaan lingkungan belajar yang positif dan menyenangkan guna meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Sebagai bentuk responsif atas aturan baru tersebut, guru-guru sekolah dasar di Kecamatan Ngasem belum sepenuhnya mempunyai bekal pengetahuan terkait kesehatan mental dan konseling, dengan diadakannya pelatihan dan promosi kesehatan mental ini diharapkan dapat menambah wawasan baru bagi guru sekolah dasar khususnya di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Bojonegoro sekaligus melatih guru untuk mengasah kemampuan guru dalam melakukan konseling kepada siswa, dengan harapan ketika guru dan siswa bisa konseling tidak ada lagi hal-hal negatif yang terjadi.

4 Pembahasan

Berikut gambaran implementasi kesehatan mental dalam mengelola stres anak di sekolah yang akan di lakukan oleh KKG di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Bojonegoro:



Gambar 6. Implementasi Kesehatan Mental

Ketika guru sudah mengimplementasikan konseling, maka diharapkan peserta didik dapat memenuhi 8 elemen *Deep Learning*

(pembelajaran secara mendalam), yaitu (Diputera, A. M., & Zulpan, 2024) (Rahmadani A, dkk., 2024) (Ibda, 2022):

1. **Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan YME**; memiliki keyakinan yang kuat terhadap eksistensi Tuhan dan mengamalkan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari.
2. **Kewargaan**; mencintai tanah air, menaati peraturan dan norma sosial dalam kehidupan masyarakat, memiliki rasa peduli dan tanggung jawab sosial, serta berkomitmen untuk mengatasi masalah nyata yang berkaitan dengan kelangsungan hidup manusia dan lingkungan.
3. **Penalaran Kritis**; berpikir secara logis, analitis, dan reflektif dalam memahami, mengevaluasi, serta memproses informasi untuk menyelesaikan masalah.
4. **Kreativitas**; inovatif, fleksibel, dan orisinal dalam mengolah ide atau informasi untuk menciptakan solusi yang baru dan bermanfaat.
5. **Kolaborasi**
Individu yang dapat bekerja sama secara efektif dengan orang lain melalui gotong royong untuk mencapai tujuan bersama, dengan membagi peran dan tanggung jawab.
6. **Kemandirian**
Individu yang bertanggung jawab atas proses dan hasil belajarnya sendiri, menunjukkan kemampuan untuk mengambil inisiatif, mengatasi rintangan, dan menyelesaikan tugas dengan tepat tanpa bergantung pada orang lain.
7. **Kesehatan**; memiliki tubuh yang sehat, bugar, dan mampu menjaga keseimbangan antara kesehatan fisik dan mental untuk mencapai kesejahteraan jasmani dan rohani (*well-being*).
8. **Komunikasi**; kemampuan komunikasi intrapribadi untuk refleksi diri dan komunikasi antarpribadi untuk menyampaikan ide, gagasan, serta informasi baik secara lisan maupun tulisan dan berinteraksi secara efektif dalam berbagai situasi.

Untuk mencapai delapan elemen *Deep Learning* di atas, maka peserta didik harus memiliki bekal kesehatan mental yang baik. Sebagai landasan pemikiran fasilitator merujuk pada beberapa penelitian di

antaranya: jurnal penelitian oleh Asriana Kibtiyah, dkk, berjudul kesehatan mental dan prestasi belajar siswa sekolah dasar. Jurnal oleh (Wahyudiana, 2021) berjudul Tinjauan Literatur Sistematis Tentang Kesehatan Mental Siswa Di Sekolah Dasar. Jurnal oleh (Ilham Kamaruddin, dkk.) berjudul Dampak Penggunaan Gadget pada Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah, *Journal on Education*, Volume 06, No. 01. Jurnal oleh Fetty Rahmawaty, dkk, berjudul Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja, *jurnal Surya medika (JSM)* (Fetty Rahmawaty, n.d.).

Keterkaitan pendekatan pembelajaran mendalam dengan pendampingan guru KKG Kecamatan Ngasem Bojonegoro. Pendekatan pembelajaran mendalam memperlihatkan bahwa proses belajar sejati tidak berhenti pada transfer pengetahuan, melainkan berlangsung melalui tiga tahapan berkesinambungan: memahami, mengaplikasikan, dan merefleksikan. Pendekatan inilah yang menjadi landasan pelaksanaan kegiatan pendampingan bagi guru-guru sekolah dasar di Kecamatan Ngasem.

Tahap I: Memahami

Pada tahap memahami, pendampingan difokuskan pada peningkatan literasi kesehatan mental melalui psikoedukasi dan pemahaman konsep dasar *Deep Learning*. Guru diajak mengenali keterkaitan antara kesejahteraan psikologis peserta didik dengan kesiapan kognitif mereka untuk berpikir mendalam. Hal ini sejalan dengan elemen *Pengetahuan Esensial, Aplikatif, serta Nilai dan Karakter* sebagaimana tercantum pada gambar.

Tahap II: Mengaplikasikan

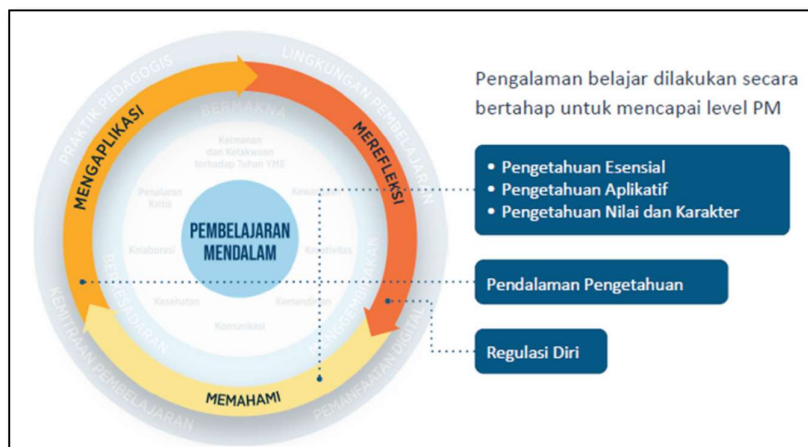
Tahap mengaplikasikan tercermin ketika guru mulai menerapkan hasil pelatihan dalam praktik pembelajaran di kelas. Guru mengintegrasikan nilai-nilai kesehatan mental dalam rancangan RPP, mendorong kolaborasi antarsiswa, dan membangun lingkungan belajar yang aman serta mendukung regulasi diri siswa. Kegiatan ini menghidupkan aspek *pendalaman pengetahuan* sebagaimana ditunjukkan pada model pembelajaran mendalam, di mana pengetahuan

tidak berhenti di tataran konseptual tetapi diolah menjadi pengalaman belajar nyata yang kontekstual.

Tahap III: Merefleksikan

Tahap merefleksikan dilaksanakan melalui forum reflektif KKG, di mana guru meninjau efektivitas strategi yang telah diterapkan serta mendiskusikan tantangan psikologis yang muncul di kelas. Refleksi ini menjadi inti dari *regulasi diri*—baik bagi guru maupun siswa—karena melatih kesadaran dalam mengevaluasi proses pembelajaran, mengembangkan empati, serta menyesuaikan pendekatan mengajar secara berkelanjutan.

Dengan demikian, model pada gambar tersebut menjadi representasi konkret dari prinsip yang diterapkan dalam pendampingan ini: guru sebagai pembelajar reflektif yang tidak hanya memahami dan mengajar, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai kesejahteraan mental dalam praktik pedagogisnya. Proses memahami, mengaplikasikan, dan merefleksikan menjadikan pendampingan ini bukan sekadar pelatihan teknis, melainkan transformasi paradigma menuju pembelajaran yang bermakna dan berkesadaran. Berikut adalah peta konsep pengetahuan pendekatan pembelajaran mendalam bagi KKG:



Gambar 7. Pengetahuan Pengalaman Belajar *Deep Learning*

Hasil peningkatan pengetahuan KKG Guru Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngasem dapat dilihat pada hasil *pre-test* dan *post-test* ditampilkan pada Tabel 1 sampai Tabel 6 berikut:

Tabel 1. Pemahaman Konseptual tentang *Deep Learning*

No.	Indikator	Pretest (%)	Posttest (%)
1.	Memahami makna dan prinsip utama pendekatan <i>Deep Learning</i> dalam pembelajaran	50	85
2.	Membedakan antara <i>Deep Learning</i> dan pembelajaran konvensional	71	95
3.	Memahami hubungan antara <i>Meaningful Learning</i> , <i>Mindful Learning</i> , dan <i>Joyful Learning</i>	60	90
4.	Menjelaskan bagaimana <i>Deep Learning</i> dapat meningkatkan keterampilan berpikir kritis siswa	53	87
Rata - Rata		58,5	89,25

Tabel 2. Kemampuan Merancang Pembelajaran Berbasis *Deep Learning*

No	Indikator	Pretest (%)	Posttest (%)
1	Mampu menyusun RPP yang mengintegrasikan nilai refleksi dan kolaborasi	65	87
2	Merancang kegiatan belajar yang mendorong siswa berpikir kritis dan kreatif	67	94
3	Menyesuaikan strategi pembelajaran berdasarkan kebutuhan psikologis siswa	60	89
Rata - Rata		64	90

Tabel 3. Integrasi Kesehatan Mental dalam Pembelajaran

No	Indikator	Pretest (%)	Posttest (%)
1	Memahami pentingnya kesehatan mental dalam proses pembelajaran	62	86

2	Mengenali tanda-tanda stres atau kecemasan pada siswa	55	80
3	Menerapkan strategi pembelajaran yang dapat menjaga kesejahteraan mental siswa	60	85
Rata - Rata		59	83,67

Tabel 4. Keterampilan Reflektif dan Evaluatif

No	Indikator	Pretest (%)	Posttest (%)
1	Secara rutin melakukan refleksi terhadap praktik pembelajaran yang telah dilakukan	62	88
2	Mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan penerapan <i>Deep Learning</i> di kelas saya	55	78
3	Menggunakan hasil refleksi untuk memperbaiki kegiatan pembelajaran berikutnya	60	80
Rata - Rata		59	82

Tabel 5. Kemampuan Kolaboratif dalam Komunitas Belajar

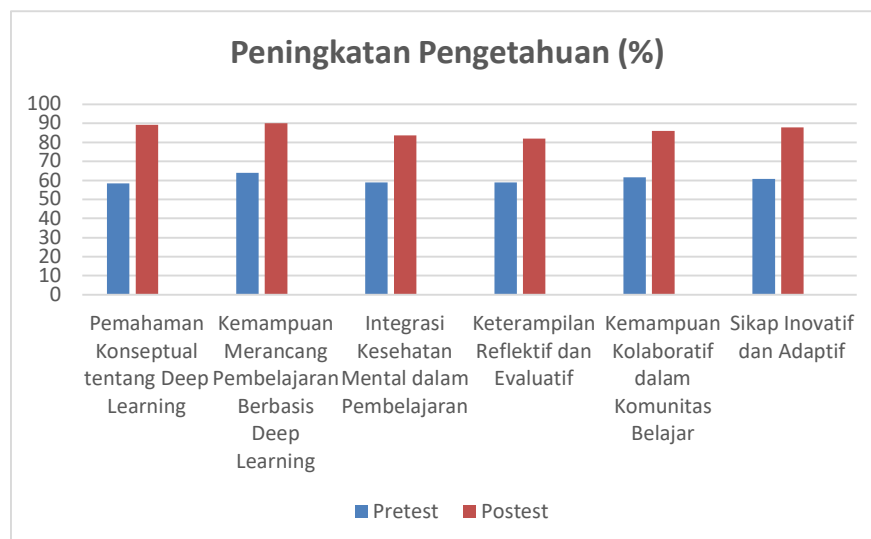
No	Indikator	Pretest (%)	Posttest (%)
1	Aktif berpartisipasi dalam kegiatan KKG untuk membahas pembelajaran berbasis <i>Deep Learning</i>	70	90
2	Berbagi pengalaman praktik baik dengan rekan guru lainnya	55	88
3	Terbuka terhadap umpan balik dari rekan sejawat untuk memperbaiki pembelajaran	60	80
Rata - Rata		61,67	86

Tabel 6. Sikap Inovatif dan Adaptif

No	Indikator	Pretest (%)	Posttest (%)
1	Berani mencoba metode pembelajaran baru berbasis <i>Deep Learning</i>	60	85
2	Menyesuaikan pendekatan belajar dengan karakteristik siswa di kelas	55	90
3	Menggunakan teknologi pendidikan untuk mendukung pembelajaran bermakna	60	85
4	Merasa percaya diri menerapkan pembelajaran berbasis <i>Deep Learning</i> di kelas	68	92
Rata – Rata		60,75	88

Interpretasi Hasil:

85–100 : Sangat Baik (Guru memiliki pemahaman dan keterampilan *Deep Learning* sangat tinggi.)
 70–84 : Baik (Guru memahami dan mulai menerapkan *Deep Learning* dengan baik.)
 55–69 : Cukup (Guru memahami konsep dasar namun belum menerapkannya secara konsisten.)
 <55 : Kurang (Guru perlu pendampingan intensif untuk memahami dan menerapkan *Deep Learning*.)



Grafik 1. Peningkatan Pengetahuan *Deep Learning*

5 Kesimpulan

Pelaksanaan program “Pendampingan Kesehatan Mental Peserta Didik Sekolah Dasar bagi Kelompok Kerja Guru (KKG) sebagai Bekal Implementasi *Deep Learning* di Kecamatan Ngasem Bojonegoro” menunjukkan capaian yang positif dalam peningkatan kompetensi guru terkait pemahaman dan pengelolaan kesehatan mental peserta didik. Melalui rangkaian kegiatan sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan, evaluasi, serta tindak lanjut keberlanjutan program, guru berhasil mengembangkan kemampuan dalam mengidentifikasi tanda-tanda awal permasalahan mental-emosional anak, melaksanakan strategi pendampingan sederhana di sekolah, dan merancang pembelajaran yang lebih peka terhadap kondisi psikologis peserta didik. Integrasi teknologi digital juga memberikan kontribusi terhadap perluasan akses guru terhadap sumber belajar kesehatan mental yang relevan. Pendampingan personal dan observasi lapangan memperkuat kesiapan guru dalam menerapkan *prinsip Meaningful Learning, Mindful Learning, dan Joyful Learning* sebagai fondasi pendekatan *Deep Learning*. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan literasi kesehatan mental guru, memperkuat kolaborasi melalui forum KKG, dan memberikan dampak berkelanjutan dalam penguatan praktik pembelajaran di sekolah dasar.

6 Pengakuan

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi sebagai pemberi dana melalui kompetisi nasional dalam akun BIMA. Jenis program kegiatan ini adalah Program Pengabdian kepada Masyarakat dengan Skema Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat dengan tahun pendanaan 2025. Apresiasi juga disampaikan kepada LPPM UNUGIRI yang telah memberikan izin, dukungan penuh, serta ruang untuk pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih ditujukan pula kepada Ketua KKG Sekolah Dasar (SD) dan para guru Sekolah Dasar (SD) se-Kecamatan Ngasem, Bojonegoro sebagai peserta kegiatan yang dengan penuh antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan serta memberikan refleksi berharga bagi

pengembangan program ini. Tidak lupa, penghargaan yang tulus diberikan kepada tim pelaksana PKM yang telah bekerja keras sejak tahap persiapan, pelaksanaan, pendampingan, hingga evaluasi akhir.

7 Referensi

- Agnesya, N. (2024). Pengaruh kecemasan pada kesehatan fisik koneksi antara pikiran dan tubuh. *Circle Arch*, 1(4).
- Amaliyah, A., & Rahmat, A. (2021). Pengembangan potensi diri peserta didik melalui proses pendidikan. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 5(1), 28–45. <https://doi.org/10.32507/attadib.v5i1.926>
- Anggraini, N. (2021). *Peran Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying pada Peserta Didik Kelas IV SD Negeri Banding Kecamatan Rajabasa Kabupaten Lampung Selatan*. UIN Raden Intan Lampung.
- Becker SH, Feuer V, Dancyger I, Bezalely S, F. V. (2024). There is no health without mental health. In: *Pediatric Nonadherence: A Solutions Based Approach*. Cham: Springer International Publishing, 225–237. https://doi.org/10.1007/978-3-031-58141-0_17
- Budiono R, H. W. (2024). Peran Guru Dan Sekolah Dalam Mewujudkan Pendidikan Anti Narkoba Di Sekolah Dasar Gugus II Jebres Surakarta. *Jurnal Elementaria Edukasia*.
- Calundu, R. (2018). *Manajemen Kesehatan*. 1.
- Diputera, A. M., & Zulpan, E. G. (2024). Memahami Konsep Pendekatan Deep Learning dalam Pembelajaran Anak Usia Dini Yang Meaningful, Mindful dan Joyful: Kajian Melalui Filsafat Pendidikan. *Bunga Rampai Usia Emas*. 4(2), 108–120. <https://doi.org/10.24114/jbrue.v10i2.65978>
- Fadil, K. (2023). Peran guru dalam penanaman sikap anti bullying verbal dalam pembelajaran PKN di sekolah dasar. *Attadrib Jurnal Pendidik Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 6(1), 123–133. <https://doi.org/10.54069/attadrib.v6i1.411>
- Fauziah J, Trisnawati KD, Rini KPS, P. S. (2024). Stunting: Penyebab, Gejala, dan Pencegahan. *Jurnal Parenting Anak*, 1(2), 11–11.

<https://doi.org/10.47134/jpa.v1i2.220>

Fetty Rahmawaty, D. (n.d.). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 37.

<https://doi.org/10.56799/peshum.v3i2.3093>

Fitriani A. (2024). Peningkatan Kesadaran Kesehatan Mental pada Remaja Melalui Promosi Kesehatan Mental. *PESHUM J Pendidik Sos Humaniora*, 3(2), 404–409.

Fridayani JA, Riastuti A, J. M. (2022). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Berpikir Kritis pada Mahasiswa. *Journal of Business, Management, and Education*, 7(3), 1–8.

Gbadegesin, A. (2024). "No Health Without Mental Health": An Evidence-Based Study Among Urban Residents in Ibadan Metropolis, Nigeria. In: *Public Health and Diseases: A Geographical Study of Women's Health, Urban Mortality and Health Policies*. Cham: Springer Nature Switzerland, 129–143.

https://doi.org/10.1007/978-3-031-57762-8_8

Hasnidar H, T. T. (2020). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*.

Huda AASB, K. G. (2024a). Penerapan Kurikulum Merdeka Belajar Jenjang Sd Dalam Mewujudkan Generasi Emas Berdaya Saing Global. *Shibghoh Prosid Ilmu Kependidikan UNIDA Gontor*, 2(1), 352–363. <https://doi.org/10.24269/jpk.v9i1.8361>

Huda AASB, K. G. (2024b). Penerapan Kurikulum Merdeka Belajar Jenjang Sd Dalam Mewujudkan Generasi Emas Berdaya Saing Global. *Shibghoh Prosid Ilmu Kependidikan UNIDA Gontor*, 2(1), 352–363.

Husnunnadia R, S. Z. (2024). Pencegahan bullying di sekolah: Mengimplementasikan pendidikan dan kewarganegaraan untuk penguatan hak dan kewajiban anak. *JPK (Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan)*, 9(1), 28–42.

Ibda, H. (2022). *Belajar dan pembelajaran sekolah dasar: fenomena, teori, dan implementasi*. CV. Pilar Nusantara.

Ilham Kamaruddin, D. (n.d.). Dampak Penggunaan Gadget pada Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah.

Journal on Education, 06(01), 36.

- Jamaliah N, H. I. (2023). Pendidikan Kesehatan. *Penerbit NEM*.
- Lestari, W. (2016). *Analisis faktor-faktor penyebab bullying di kalangan peserta didik (studi kasus pada siswa smpn 2 kota tangerang selatan)*.
- MELENI, A. (2023). *PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI ANAK TEMPER-TANTRUM SAAT PEMBELAJARAN PADA JENJANG SEKOLAH DASAR TUNAGRAHITA (Studi Pada Sekolah Luar Biasa Dharma Bhakti–Dharma Pertiwi Kemiling Bandar Lampung)*. UIN RADEN INTAN LAMPUNG.
- Mukhlisin, A., & Muda, A. P. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Tantangan Siswa: Studi Layanan Dan Kegiatan Konseling Di Smp N 6 Metro. *DIMAR: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 1–22. <https://doi.org/10.58577/dimar.v5i02.173>
- Mutmainnah N, Adrias A, Z. A. (2025). IMPLEMENTASI PENDEKATAN DEEP LEARNING TERHADAP PEMBELAJARAN MATEMATIKA DI SEKOLAH DASAR. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(01), 848–871. <https://doi.org/10.51878/teacher.v4i2.4199>
- NOVIAR, Y., MAULIDIN, S., & ARKANUDIN, A. (2024). PERAN GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR ANAK YATIM: STUDI DI YAYASAN AL-NIKMAH BARIKAH JANAH JAKARTA SELATAN. *TEACHER: Jurnal Inovasi Karya Ilmiah Guru*, 4(2), 91–102.
- Nugroho PA, Arif MBS, Anis F, Cahyanita E, Nurdianasari N, Hutami TS, et al. (2025). *Deep Learning dalam Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Cv. Edupedia Publisher.
- Paratiwi T, R. Z. (2023). Model pembelajaran problem based learning untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa pada pembelajaran IPAS kelas V Sekolah Dasar. *Journal of Educational Action Research*, 7(4), 603–610. <https://doi.org/10.23887/jear.v7i4.69971>
- Rahmadani A, Harahap FKS, Ulkaira N, Azhari Y, H. S. (2024). Efektivitas Penggunaan Strategi Pembelajaran Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di SD Negeri 060822 Medan. *Pendekar Jurnal*

Pendidikan Berkarakter, 2(1), 54–71.

Rizky R, Hariandi A, N. S. (2024). *Implementasi pendidikan karakter dalam pembentukan sikap sosial peserta didik melalui pembelajaran ips terpadu sekolah dasar*.

Sarbiyah, A. (2023). Penerapan pelaksanaan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) pada karyawan. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 1210–1210.

Sulaiman, E. (2021). Pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan: Teori dan implementasi. *Yogyakarta: Ugm Press*.

Suryanto IW, Astuti NMEQ, Prastyandhari IGAIM, Pd S, S. I. (2024). *Buku Referensi Peran Ganda Guru: Sebagai Pendidik Dan Orang Tua Di Era Digital*. Uwais Inspirasi Indonesia.

Wahyudiana, E. (2021). *Tinjauan Literatur Sistematis Tentang Kesehatan Mental Siswa Di Sekolah Dasar*.

Wati, M. L. K., Subyantoro, S., & Wagiran, W. (2024). Peranan Guru dalam Manajemen Peserta Didik Untuk Meningkatkan Kualitas Peserta Didik. *Jurnal Onoma Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 10(1), 1073–1090. <https://doi.org/10.21009/parameter.322.03>

Wijaya AA, Haryati T, W. E. (2025). Implementasi Pendekatan Deep Learning dalam Peningkatan Kualitas Pembelajaran di SDN 1 Wulung, Randublatung, Blora. *Indonesian Research Journal of Education*, 5(1), 451–457. <https://doi.org/10.30605/onoma.v10i1.3436>