PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

HUBUNGAN MASALAH EMOSIONAL DAN PERILAKU DENGAN GEJALA DEPRESI, ANSIETAS, DAN STRES PADA REMAJA SMP NEGERI 4 UBUD

Ni Ketut Putri Ariani[1], Anak Agung Ngurah Andika Damar Negara[2], I Gusti Agung Ayu Widyarini[3], I Made Peri Ardiana Kusuma [4], Rifqi Fadly Arief [5], Luh Putu Feby Sriandari[6], Luh Nyoman Triwidayani Aryda[7], Dewa Ayu Dwi Megantari Putri[8]
[1,4,5,6,7,8]Departemen Psikiatri, RSUP Prof. I.G.N.G. Ngoerah, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Bali, Indonesia, [2,3]Departemen Psikiatri, Rumah Sakit Universitas Udayana, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Bali, Indonesia
e-mail: putriaryani@unud.ac.id

Diterima: *13/10/2026*; Direvisi: *20/10/2026*; Diterbitkan: *3/11/2026*

ABSTRAK

Masalah kesehatan mental pada remaja merupakan isu penting karena dapat memengaruhi fungsi akademik, hubungan sosial, dan kesejahteraan jangka panjang. Sekolah memiliki posisi strategis dalam deteksi dini karena dapat menjangkau remaja secara luas, tetapi data mengenai masalah emosional dan perilaku serta kaitannya dengan gejala depresi, ansietas, dan stres di tingkat sekolah masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan masalah emosional dan perilaku dengan gejala depresi, ansietas, dan stres pada siswa SMP Negeri 4 Ubud sebagai data dasar pengembangan kesehatan mental berbasis sekolah. Penelitian menggunakan desain observasional analitik potong lintang dengan teknik *total sampling* terhadap siswa yang mengikuti penapisan dalam Program SENYUM tahun 2026. Masalah emosional dan perilaku dinilai menggunakan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ), sedangkan gejala depresi, ansietas, dan stres dinilai menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale for Youth* (DASS-Y). Sebanyak 292 siswa berusia 12–15 tahun dianalisis secara lengkap. Sebanyak 24,3% siswa memiliki total kesulitan SDQ pada kategori *borderline* atau abnormal, sedangkan 22,9% menunjukkan gejala DASS-Y derajat ringan atau lebih berat pada sedikitnya satu subskala. Total kesulitan SDQ berkorelasi kuat dengan total DASS-Y ($\rho = 0{,}79$; $p < 0{,}001$). Gejala emosional merupakan domain SDQ yang menunjukkan hubungan paling kuat dan konsisten dengan depresi, ansietas, dan stres setelah penyesuaian multivariabel. Temuan ini menunjukkan adanya keterkaitan yang bermakna antara masalah emosional dan perilaku dengan gejala distres psikologis pada siswa. Instrumen SDQ dan DASS-Y dapat digunakan secara saling melengkapi dalam penapisan kesehatan mental berbasis sekolah, dengan hasil penapisan tetap memerlukan tindak lanjut dan penilaian klinis komprehensif sesuai kebutuhan.
Kata Kunci: *remaja; masalah emosional dan perilaku; depresi; ansietas; stres; penapisan kesehatan mental.*

ABSTRACT

Mental health issues in adolescents are an important public health concern because they can impair academic performance, social relationships, and long-term well-being. Schools occupy a strategic position in early detection as they can reach adolescents broadly, yet data on emotional and behavioral problems and their association with symptoms of depression, anxiety, and stress at the school level remain limited. This study aims to analyze the relationship between emotional and behavioral problems and symptoms of depression, anxiety, and stress among students at SMP Negeri 4 Ubud as baseline data for developing school-based mental health

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

initiatives. The study utilized a cross-sectional analytical observational design with a total sampling technique for students participating in the screening under the SENYUM Program in 2026. Emotional and behavioral problems were assessed using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), while symptoms of depression, anxiety, and stress were evaluated using the Depression Anxiety Stress Scale for Youth (DASS-Y). A total of 292 students aged 12–15 years were analyzed. Overall, 24.3% of students had total SDQ difficulties in the borderline or abnormal category, while 22.9% exhibited mild or more severe DASS-Y symptoms in at least one subscale. Total SDQ difficulties were strongly correlated with total DASS-Y ($\rho = 0.79$; $p < 0.001$). Emotional symptoms represented the SDQ domain with the strongest and most consistent relationship with depression, anxiety, and stress after multivariable adjustments. These findings demonstrate a significant link between emotional and behavioral difficulties and psychological distress symptoms among students. The SDQ and DASS-Y can be utilized complementarily in school-based mental health screenings, provided that screening outcomes are accompanied by appropriate follow-up and clinical evaluations as needed.
Keywords: *adolescents; emotional and behavioral problems; depression; anxiety; stress; mental health screening.*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental remaja merupakan salah satu isu kesehatan masyarakat yang mendapat perhatian besar secara global. Masa remaja ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung cepat, sehingga pada periode transisi ini rentan timbul berbagai masalah kesehatan mental. Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) memperkirakan sekitar 14% remaja berusia 10–19 tahun mengalami gangguan mental, dengan depresi dan gangguan ansietas termasuk kondisi yang paling sering ditemukan (World Health Organization, 2024). Sebagian gangguan mental mulai terdeteksi sebelum usia dewasa, tetapi sering kali tidak dikenali atau terlambat memperoleh penanganan secara memadai. Kondisi yang tidak tertangani tersebut berisiko mengganggu prestasi akademik, hubungan sosial, dan kualitas hidup, serta meningkatkan kerentanan terhadap masalah psikologis yang menetap hingga usia dewasa (UNICEF, 2021).

Di Indonesia, tantangan kesehatan mental pada kelompok remaja memerlukan perhatian serius dari berbagai pemangku kepentingan. Hasil *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menunjukkan bahwa sekitar satu dari tiga remaja mengalami masalah kesehatan mental dalam kurun waktu satu tahun terakhir, sedangkan sekitar 5% di antaranya terdiagnosis memenuhi kriteria gangguan mental. Kendati demikian, sebagian besar remaja yang mengalami kendala psikologis belum terjangkau oleh pelayanan kesehatan jiwa profesional. Kendala deteksi dini, keterbatasan fasilitas layanan, literasi kesehatan mental yang belum merata, serta stigma sosial masih menjadi hambatan utama dalam mencari pertolongan secara tepat waktu (Pusat Kesehatan Reproduksi FK-KMK Universitas Gadjah Mada et al., 2022; Wiguna et al., 2020).

Sekolah merupakan salah satu wahana yang sangat strategis untuk mengimplementasikan intervensi promotif dan preventif kesehatan mental karena remaja menghabiskan sebagian besar waktunya di lingkungan pendidikan. Guru dan tenaga kependidikan memiliki kedekatan fisik dan emosional yang memungkinkan pengamatan dini terhadap perubahan perilaku serta distres emosional siswa. Melalui peran aktif warga sekolah, deteksi dini dapat dilaksanakan secara berkesinambungan sembari mengedukasi siswa dan menghubungkan mereka ke jejaring layanan profesional bila diperlukan. Data penapisan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

berkala di lingkungan sekolah selanjutnya dapat dimanfaatkan sebagai dasar penyusunan intervensi dini dan alur rujukan yang adaptif (Hart et al., 2022; Kutcher et al., 2021; Salerno, 2021).

Program SENYUM (Sadar Emosi, Nyata Upaya Mandiri) yang diinisiasi oleh Departemen Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana merupakan model upaya promotif dan preventif kesehatan mental berbasis sekolah di SMP Negeri 4 Ubud. Program terpadu ini mencakup psikoedukasi, kegiatan penapisan terstruktur, pelatihan guru sebagai *gatekeeper*, serta perumusan alur rujukan yang efektif (Hart et al., 2022; Kutcher et al., 2021; Salerno, 2021). Penapisan kesehatan mental pada kegiatan ini menggunakan dua instrumen terstandar, yaitu *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) dan *Depression Anxiety Stress Scale for Youth* (DASS-Y). Instrumen SDQ mengevaluasi lima aspek perkembangan yang meliputi gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, hambatan teman sebaya, dan perilaku prososial, sedangkan DASS-Y memetakan derajat distres afektif berupa depresi, ansietas, dan stres (Goodman, 1997; Goodman & Goodman, 2009; Szabó & Lovibond, 2022). Penggunaan instrumen ganda ini memungkinkan identifikasi masalah perilaku sekaligus evaluasi kondisi afektif siswa dalam satu sesi penapisan terpadu.

Ketersediaan data empiris mengenai kondisi kesehatan mental remaja di tingkat sekolah di wilayah Kabupaten Gianyar masih sangat minim. Sebelum pelaksanaan Program SENYUM, SMP Negeri 4 Ubud belum memiliki instrumen maupun mekanisme skrining kesehatan mental yang berjalan secara formal dan terjadwal. Pemetaan masalah psikologis siswa umumnya hanya bertumpu pada laporan insidental guru atau keluhan mandiri siswa, sehingga banyak kasus distres emosional tidak tertangani dengan optimal (Wiguna et al., 2020). Oleh karena itu, pengumpulan data dasar mengenai prevalensi dan keterkaitan antara masalah emosional dan perilaku dengan derajat depresi, ansietas, serta stres menjadi langkah mendesak. Data dasar ini esensial untuk merumuskan intervensi psikososial yang terarah dan kontekstual bagi lingkungan sekolah setempat.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara masalah emosional dan perilaku dengan gejala depresi, ansietas, dan stres pada siswa SMP Negeri 4 Ubud menggunakan kuesioner SDQ dan DASS-Y. Di samping itu, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan karakteristik demografis siswa, sebaran kategori kesulitan perilaku, serta tingkat keparahan distres psikologis yang dialami responden. Hasil yang diperoleh diharapkan menjadi pijakan ilmiah dalam memperkuat sistem deteksi dini, program psikoedukasi, serta tata kelola rujukan di sekolah. Temuan ini sekaligus berfungsi sebagai tolok ukur evaluasi keberlanjutan Program SENYUM dalam membina kesehatan mental remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*) yang diselenggarakan di SMP Negeri 4 Ubud, Kabupaten Gianyar, Bali. Pengumpulan data berlangsung selama implementasi Program SENYUM dalam kerangka kegiatan pengabdian masyarakat Udayana Mengabdi Tahun 2026. Populasi sasaran adalah seluruh siswa aktif SMP Negeri 4 Ubud yang berpartisipasi dalam penapisan kesehatan mental. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *total sampling*, di mana seluruh siswa yang memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan sebagai responden. Kriteria inklusi mencakup siswa aktif yang terdaftar, bersedia berpartisipasi penuh, memperoleh izin tertulis (*informed consent*) dari orang tua atau wali, serta menandatangani formulir persetujuan anak (*assent*).

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Kriteria eksklusi mencakup siswa yang tidak hadir pada hari pengumpulan data atau mengembalikan kuesioner dengan isian yang tidak lengkap.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah masalah emosional dan perilaku yang dinilai berdasarkan skor kuesioner SDQ versi laporan mandiri (*self-report*). Variabel terikat mencakup derajat gejala depresi, ansietas, dan stres yang diukur menggunakan kuesioner DASS-Y. Karakteristik sosiodemografis yang dikumpulkan meliputi usia, jenis kelamin, dan tingkat kelas responden. Kuesioner SDQ memuat 25 butir pertanyaan yang terbagi rata ke dalam lima domain, yaitu gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, masalah teman sebaya, dan perilaku prososial (Goodman, 1997; Goodman & Goodman, 2009). Kuesioner DASS-Y terdiri atas 21 butir pernyataan dengan skala respons *Likert* yang telah divalidasi untuk mengukur derajat distres emosional pada populasi anak dan remaja (Szabó & Lovibond, 2022).

Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan setelah mengantongi persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian serta izin resmi dari kepala sekolah. Orang tua atau wali siswa diberikan lembar informasi yang memuat penjelasan tujuan, manfaat, jaminan kerahasiaan, serta potensi risiko sebelum menandatangani persetujuan *informed consent*. Siswa yang telah mendapat persetujuan wali selanjutnya menandatangani lembar *assent* sebelum mengisi instrumen penelitian. Pengisian lembar identitas, SDQ, dan DASS-Y dilakukan secara mandiri di kelas dengan supervisi dari tim peneliti untuk memfasilitasi klarifikasi istilah yang kurang dipahami siswa. Seluruh data diidentifikasi dengan nomor kode rahasia, lalu diverifikasi melalui tahapan *editing*, *coding*, *data entry*, dan *data cleaning*. Siswa yang terindikasi mengalami distres berat diprioritaskan untuk dirujuk ke guru Bimbingan dan Konseling guna koordinasi penanganan lanjutan ke fasilitas psikiatri rujukan.

Pengolahan data dilakukan secara terkomputerisasi dengan perangkat lunak IBM SPSS Statistics. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik demografis, skor tendensi sentral, simpangan baku, median, rentang interkuartil, serta distribusi proporsi setiap kategori instrumen. Uji normalitas *Shapiro-Wilk* digunakan untuk memeriksa sebaran data, yang kemudian dilanjutkan dengan analisis korelasi peringkat *Spearman* untuk mengevaluasi kekuatan hubungan antarvariabel kontinu. Hubungan kategorikal antarvariabel diuji menggunakan analisis *Chi-square* atau uji eksak *Fisher*, disertai kalkulasi rasio *odds* (*odds ratio*) dengan interval kepercayaan 95%. Untuk menekan risiko kesalahan tipe I pada uji korelasi bivariat berganda (24 uji korelasi), diterapkan batas koreksi *Bonferroni* ($p < 0{,}002$). Analisis regresi linear berganda dengan galat baku *robust* (HC3) dilakukan secara eksploratori untuk mengkaji kontribusi independen masing-masing domain SDQ terhadap skor DASS-Y. Seluruh prosedur penelitian berpedoman teguh pada prinsip dasar etika penelitian medis yang meliputi *respect for persons*, *beneficence*, *non-maleficence*, dan *justice*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengumpulan data penelitian diselenggarakan pada tanggal 29–30 Agustus 2026 selama pelaksanaan kegiatan Program SENYUM di lingkungan SMP Negeri 4 Ubud. Sebanyak 292 siswa berhasil diskrining dan seluruhnya mengisi kuesioner SDQ serta DASS-Y secara lengkap tanpa data yang hilang. Seluruh responden berada dalam rentang usia remaja awal, yakni antara 12 hingga 15 tahun, dengan sebaran kelas yang proporsional. Karakteristik sosiodemografis responden disajikan secara rinci pada Tabel 1.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Tabel 1. Karakteristik Responden ($N = 292$)

Karakteristik	Nilai Statisika
Usia (tahun)	
Rerata ± SD	13,40 ± 0,96
Median (rentang)	13 (12–15)
12 tahun, *n* (%)	58 (19,9)
13 tahun, *n* (%)	99 (33,9)
14 tahun, *n* (%)	95 (32,5)
15 tahun, *n* (%)	40 (13,7)
Jenis Kelamin, *n* (%)	
Laki-laki	111 (38,0)
Perempuan	181 (62,0)
Tingkat Kelas, *n* (%)	
Kelas VII	91 (31,2)
Kelas VIII	104 (35,6)
Kelas IX	97 (33,2)

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 1, siswa perempuan mendominasi populasi penelitian dengan jumlah 181 orang (62,0%), sedangkan siswa laki-laki berjumlah 111 orang (38,0%). Usia rata-rata responden berada pada kisaran 13,40 ± 0,96 tahun dengan kelompok usia terbanyak adalah 13 tahun (33,9%) dan 14 tahun (32,5%). Distribusi siswa menurut jenjang pendidikan menunjukkan keterwakilan yang merata antara kelas VII (31,2%), kelas VIII (35,6%), dan kelas IX (33,2%). Data demografis pada Tabel 1 ini mencerminkan karakteristik tipikal siswa sekolah menengah pertama yang tengah berada pada masa transisi pubertas.

Evaluasi terhadap profil masalah emosional dan perilaku dilakukan dengan instrumen SDQ yang terbagi ke dalam lima domain utama serta indikator total kesulitan. Pengelompokan kategori didasarkan pada skor batas laporan mandiri remaja usia 11–17 tahun untuk memetakan kelompok normal, *borderline*, dan abnormal (Goodman, 1997; Goodman & Goodman, 2009). Evaluasi konsistensi internal instrumen pada sampel ini dihitung menggunakan koefisien alfa *Cronbach*. Rangkuman skor tendensi sentral, nilai reliabilitas, dan frekuensi kategori masing-masing subskala SDQ disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Skor dan Kategori SDQ ($N = 292$)

Domain	Rerata ± SD	Median (IQR)	Rentang	α	Normal n (%)	Borderline n (%)	Abnormal n (%)
Gejala emosional	3,63 ± 2,24	3 (2–5)	0–9	0,77	232 (79,5)	29 (9,9)	31 (10,6)
Masalah perilaku	2,44 ± 1,25	2 (2–3)	0–7	0,26	239 (81,8)	33 (11,3)	20 (6,8)
Hiperaktivitas	3,19 ± 1,68	3 (2–4)	0–9	0,53	272 (93,2)	13 (4,5)	7 (2,4)
Masalah teman sebaya	2,85 ± 1,48	3 (2–4)	0–8	0,39	210 (71,9)	66 (22,6)	16 (5,5)
Perilaku prososial†	7,54 ± 1,74	8 (6–9)	0–10	0,64	250 (85,6)	33 (11,3)	9 (3,1)

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Total kesulitan	12,12 ± 4,85	12 (8–15)	2–31	0,77	221 (75,7)	51 (17,5)	20 (6,8)

Catatan: SD: simpangan baku; IQR: rentang interkuartil; α: koefisien alfa *Cronbach*. Batas skor (normal/*borderline*/abnormal): gejala emosional 0–5/6/7–10; masalah perilaku 0–3/4/5–10; hiperaktivitas 0–5/6/7–10; masalah teman sebaya 0–3/4–5/6–10; total kesulitan 0–15/16–19/20–40. †Perilaku prososial merupakan domain kekuatan (skor rendah yang bermasalah: normal 6–10, *borderline* 5, abnormal 0–4) dan tidak dijumlahkan ke dalam total kesulitan.

Berdasarkan paparan data pada Tabel 2, rerata total kesulitan SDQ adalah $12{,}12 \pm 4{,}85$, dengan 71 siswa (24,3%) berada pada kategori *borderline* atau abnormal. Masalah hubungan teman sebaya mencatatkan angka proporsi *borderline* atau abnormal tertinggi di antara seluruh domain, yaitu dialami oleh 82 siswa (28,1%). Konsistensi internal instrumen terbukti sangat memadai pada domain gejala emosional dan total kesulitan SDQ dengan koefisien reliabilitas masing-masing sebesar $\alpha = 0{,}77$. Sebaliknya, koefisien konsistensi internal yang rendah teramati pada masalah perilaku ($\alpha = 0{,}26$) dan masalah teman sebaya ($\alpha = 0{,}39$). Secara akumulatif, data pada Tabel 2 menunjukkan bahwa sekitar seperempat siswa memerlukan pemantauan terhadap kesulitan adaptasi perilaku di sekolah.

Tingkat distres afektif siswa dinilai secara mandiri menggunakan kuesioner DASS-Y yang mengukur domain depresi, ansietas, dan stres. Pembagian derajat keparahan mengacu pada batas persentil normatif internasional instrumen DASS-Y untuk populasi remaja (Szabó & Lovibond, 2022). Penilaian reliabilitas instrumen ini pada sampel lokal menunjukkan indeks konsistensi internal yang tinggi pada seluruh subskala. Rincian skor deskriptif, tingkat keandalan instrumen, dan sebaran kategori keparahan DASS-Y disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Skor dan Kategori Keparahan DASS-Y ($N = 292$)

Subskala	Rerata ± SD	Median (IQR)	Rentang	α	Normal n (%)	Ringan n (%)	Sedang n (%)	Berat n (%)	Sangat Berat n (%)
Depresi	2,53 ± 3,75	1 (0–3)	0–20	0,87	254 (87,0)	13 (4,5)	16 (5,5)	4 (1,4)	5 (1,7)
Ansietas	2,72 ± 3,50	1 (0–4)	0–18	0,84	243 (83,2)	22 (7,5)	17 (5,8)	8 (2,7)	2 (0,7)
Stres	6,39 ± 4,44	6 (2,75–9)	0–20	0,84	250 (85,6)	23 (7,9)	13 (4,5)	3 (1,0)	3 (1,0)
Total	11,64 ± 10,34	9 (4–16)	0–49	0,93	254 (87,0)	14 (4,8)	18 (6,2)	4 (1,4)	2 (0,7)

Catatan: Batas keparahan DASS-Y (normal/ringan/sedang/berat/sangat berat): depresi 0–6/7–8/9–13/14–16/≥ 17; ansietas 0–5/6–7/8–12/13–15/≥ 16; stres 0–11/12–13/14–16/17–18/≥ 19; total 0–23/24–29/30–39/40–46/≥ 47. Skor subskala berkisar 0–21 (tidak dikalikan dua).

Mengacu pada data pada Tabel 3, rerata skor total DASS-Y adalah $11{,}64 \pm 10{,}34$ dengan tingkat konsistensi internal yang sangat kuat pada skor total ($\alpha = 0{,}93$). Sebanyak 67 siswa (22,9%) melaporkan gejala distres derajat ringan atau lebih berat pada sedikitnya satu subskala. Gejala ansietas merupakan manifestasi distres yang paling umum ditemukan pada kategori ringan atau lebih berat, yaitu dialami oleh 49 siswa (16,8%). Selain itu, Tabel 3

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

memperlihatkan bahwa 41 siswa (14,0%) teridentifikasi berada pada kategori derajat sedang hingga sangat berat yang memerlukan tindak lanjut konseling.

Pemeriksaan normalitas data menggunakan metode *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa skor SDQ dan DASS-Y memiliki distribusi yang tidak normal ($p < 0{,}05$) dengan kemencengan ke arah positif (*skewness* 0,49–2,17). Oleh karena itu, pengujian korelasi bivariat dilakukan dengan analisis korelasi peringkat nonparametrik *Spearman*. Penyesuaian batas kemaknaan statistik dilakukan menggunakan koreksi *Bonferroni* untuk 24 pasangan uji ($p < 0{,}002$) guna menghindari kesalahan penarikan kesimpulan. Hasil uji korelasi *Spearman* beserta interval kepercayaan 95% antara domain SDQ dan subskala DASS-Y disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Korelasi *Spearman* antara Skor SDQ dan Skor DASS-Y ($N = 292$)

Domain SDQ	Depresi ρ (IK 95%)	Ansietas ρ (IK 95%)	Stres ρ (IK 95%)	Total DASS-Y ρ (IK 95%)
Gejala emosional	0,55 (0,46; 0,63)*	0,66 (0,58; 0,72)*	0,68 (0,61; 0,74)*	0,73 (0,67; 0,78)*
Masalah perilaku	0,44 (0,34; 0,53)*	0,43 (0,32; 0,52)*	0,53 (0,44; 0,62)*	0,55 (0,46; 0,63)*
Hiperaktivitas	0,41 (0,30; 0,51)*	0,47 (0,37; 0,56)*	0,48 (0,38; 0,56)*	0,52 (0,43; 0,61)*
Masalah teman sebaya	0,35 (0,24; 0,45)*	0,41 (0,30; 0,51)*	0,28 (0,16; 0,39)*	0,37 (0,26; 0,47)*
Perilaku prososial	−0,15 (−0,27; −0,03)	−0,14 (−0,26; −0,02)	−0,11 (−0,23; 0,01)	−0,15 (−0,27; −0,03)
Total kesulitan	**0,63 (0,55; 0,70)***	**0,71 (0,64; 0,76)***	**0,72 (0,65; 0,77)***	**0,79 (0,74; 0,83)***

Catatan: ρ: koefisien korelasi *Spearman*; IK 95%: interval kepercayaan 95% (pendekatan *Bonett-Wright*). *Signifikan pada batas koreksi *Bonferroni* untuk 24 uji ($p < 0{,}002$).

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4, total kesulitan SDQ menunjukkan hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan dengan total DASS-Y ($\rho = 0{,}79$; $p < 0{,}001$). Domain gejala emosional memiliki korelasi terkuat terhadap stres ($\rho = 0{,}68$), ansietas ($\rho = 0{,}66$), dan total skor DASS-Y ($\rho = 0{,}73$). Seluruh domain masalah SDQ mempertahankan korelasi positif yang bermakna secara statistik pascakoreksi *Bonferroni*, sedangkan korelasi negatif perilaku prososial tidak lagi signifikan. Koefisien korelasi pada Tabel 4 ini membuktikan bahwa peningkatan keparahan masalah perilaku dan adaptasi sosial berjalan seiring dengan meningkatnya gejala distres internalisasi pada siswa.

Analisis kategorikal diterapkan untuk mengukur besar risiko timbulnya gejala DASS-Y derajat ringan atau lebih berat pada siswa dengan skor SDQ non-normal dibandingkan kategori normal. Pengukuran asosiasi dihitung berdasarkan rasio *odds* (*odds ratio*) kasar beserta interval kepercayaan 95% melalui uji *Chi-square* atau uji eksak *Fisher*. Seluruh kategori masalah SDQ menunjukkan peningkatan risiko distres emosional yang signifikan secara statistik. Estimasi rasio *odds* kemunculan gejala DASS-Y berdasarkan kategori SDQ dirangkum pada Tabel 5.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Tabel 5. Rasio *Odds* Gejala DASS-Y Derajat Ringan atau Lebih Berat menurut Kategori SDQ (*Borderline*/Abnormal dibandingkan Normal)

Subskala SDQ	n Borderline/Abnormal	Depresi OR (IK 95%)	p	Ansietas OR (IK 95%)	p	Stres OR (IK 95%)	p
Total kesulitan	71	29,4 (11,5–75,0)	< 0,001	36,4 (15,6–85,0)	< 0,001	17,3 (7,9–38,1)	< 0,001
Gejala emosional	60	23,2 (10,0–53,5)	< 0,001	21,8 (10,3–45,9)	< 0,001	15,8 (7,4–33,5)	< 0,001
Masalah perilaku	53	5,6 (2,7–11,7)	< 0,001	4,9 (2,5–9,7)	< 0,001	7,8 (3,8–15,9)	< 0,001
Hiperaktivitas‡	20	5,4 (2,0–14,2)	0,002	4,7 (1,8–12,2)	0,002	4,7 (1,8–12,2)	0,003
Masalah teman sebaya	82	5,8 (2,8–11,9)	< 0,001	6,5 (3,4–12,5)	< 0,001	3,9 (2,0–7,7)	< 0,001

Catatan: OR: rasio *odds* (*odds ratio*) kasar; IK 95%: interval kepercayaan 95%. Variabel terikat: gejala DASS-Y ringan atau lebih berat (ya/tidak); kelompok referensi: siswa dengan skor SDQ normal. Nilai p dari uji *Chi-square Pearson*. ‡Nilai harapan sel < 5 sehingga digunakan uji eksak *Fisher*.

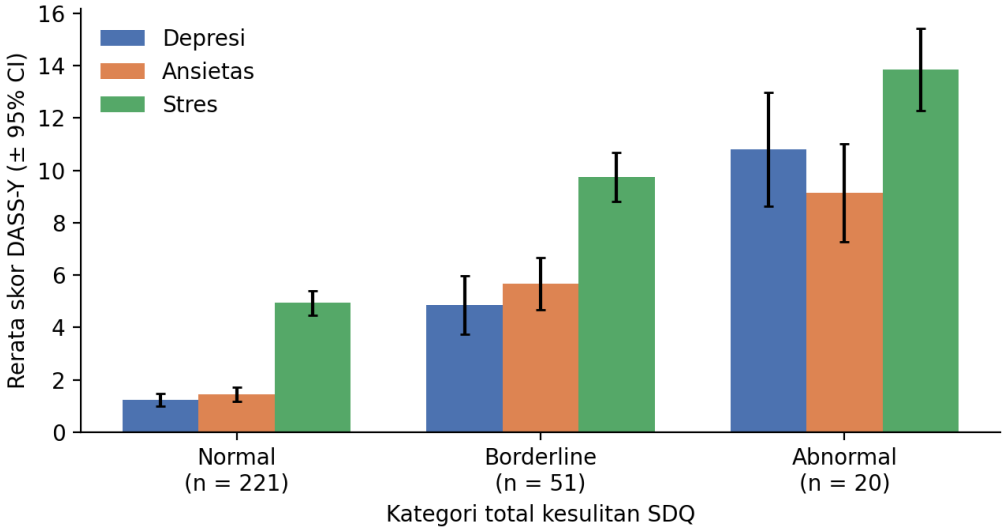
Sebagaimana dipaparkan pada Tabel 5, siswa dengan total kesulitan SDQ *borderline* atau abnormal memiliki kemungkinan 29,4 kali lipat lebih tinggi untuk mengalami gejala depresi ($p < 0{,}001$). Risiko mengalami ansietas meningkat sebesar 36,4 kali lipat, dan risiko mengalami stres meningkat sebesar 17,3 kali lipat dibandingkan siswa pada kategori normal. Domain gejala emosional memiliki rasio *odds* tertinggi di antara domain individual lainnya, yaitu 23,2 untuk depresi dan 21,8 untuk ansietas. Temuan rasio risiko pada Tabel 5 menegaskan bahwa siswa yang teridentifikasi memiliki skor SDQ bermasalah memiliki kerentanan yang berlipat ganda terhadap berbagai bentuk distres psikologis.

Proporsi kemunculan gejala DASS-Y derajat ringan atau lebih berat meningkat secara bertahap seiring memburuknya klasifikasi total kesulitan SDQ. Prevalensi gejala terdeteksi

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

sebesar 9,0% (20/221) pada kelompok normal, melonjak menjadi 54,9% (28/51) pada kategori *borderline*, dan mencapai 95,0% (19/20) pada kategori abnormal ($\chi^2 = 112{,}3; p < 0{,}001$). Uji nonparametrik *Kruskal-Wallis* juga mengonfirmasi adanya kenaikan median skor yang signifikan pada seluruh subskala sejalan dengan eskalasi kategori SDQ. Perbandingan rerata skor depresi, ansietas, dan stres menurut kategori total kesulitan SDQ diilustrasikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Rerata skor depresi, ansietas, dan stres DASS-Y menurut kategori total kesulitan SDQ. Batang galat menunjukkan interval kepercayaan 95%.

Visualisasi pada Gambar 1 memperlihatkan peningkatan rerata skor distres yang curam dan linear dari kategori normal menuju abnormal pada ketiga subskala DASS-Y. Median skor depresi meningkat tajam dari 1 pada kelompok normal menjadi 4 pada kategori *borderline* dan mencapai 10,5 pada kelompok abnormal ($p < 0{,}001$). Tren kenaikan serupa juga terlihat pada skor ansietas (dari 1 menjadi 5 lalu 8) serta skor stres (dari 5 menjadi 10 lalu 14). Pola grafik pada Gambar 1 ini mengindikasikan bahwa tingkat keparahan distres afektif siswa berkorelasi erat dengan tingkatan beban kesulitan adaptasi perilaku yang mereka sandang.

Analisis multivariabel eksploratori diterapkan untuk mengevaluasi pengaruh independen dari setiap domain SDQ terhadap skor DASS-Y setelah mengontrol faktor jenis kelamin dan usia. Model regresi linear berganda dibangun dengan memasukkan seluruh domain kesulitan, perilaku prososial, jenis kelamin, serta usia sebagai prediktor simultan. Estimasi parameter dihitung menggunakan galat baku *robust* (HC3) guna memastikan kestabilan uji terhadap potensi penyimpangan asumsi residual. Koefisien regresi terstandardisasi (β) dan parameter keselarasan model disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Regresi Linear Berganda Skor DASS-Y terhadap Domain SDQ, Jenis Kelamin, dan Usia

Prediktor	Depresi β (p)	Ansietas β (p)	Stres β (p)
Gejala emosional	0,52 (< 0,001)	0,52 (< 0,001)	0,45 (< 0,001)
Masalah perilaku	0,17 (0,011)	0,14 (0,012)	0,31 (< 0,001)
Hiperaktivitas	−0,02 (0,716)	0,03 (0,599)	0,12 (0,020)
Masalah teman sebaya	0,20 (0,003)	0,23 (< 0,001)	0,08 (0,074)
Perilaku prososial	−0,02 (0,687)	0,01 (0,906)	0,06 (0,102)

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Jenis kelamin perempuan§	−0,11 (0,282)	0,12 (0,167)	0,24 (0,005)
Usia (per SD)	0,03 (0,470)	0,02 (0,642)	−0,03 (0,409)
R^2	**0,468**	**0,530**	**0,591**
R^2 terkoreksi	**0,455**	**0,518**	**0,581**

Catatan: β: koefisien regresi terstandardisasi; nilai p menggunakan galat baku *robust* (HC3). ^{S}Koefisien jenis kelamin menyatakan selisih perempuan terhadap laki-laki dalam satuan simpangan baku skor DASS-Y.

Berdasarkan rangkuman hasil model pada Tabel 6, domain gejala emosional terbukti menjadi prediktor independen terkuat terhadap skor depresi ($\beta = 0{,}52$), ansietas ($\beta = 0{,}52$), dan stres ($\beta = 0{,}45$; seluruhnya $p < 0{,}001$). Masalah perilaku berhubungan secara independen dengan ketiga subskala luaran dan mencatatkan hubungan paling menonjol dengan tingkat stres ($\beta = 0{,}31$). Karakteristik jenis kelamin perempuan berasosiasi secara signifikan dengan skor stres yang lebih tinggi ($\beta = 0{,}24$; $p = 0{,}005$), sedangkan usia tidak menunjukkan hubungan independen yang bermakna. Secara keseluruhan, model pada Tabel 6 mampu menjelaskan 46,8% varians depresi, 53,0% varians ansietas, dan 59,1% varians stres dengan nilai multikolinearitas yang rendah ($VIF \leq 1{,}8$).

Analisis komparatif dilakukan guna mengeksplorasi variabilitas skor instrumen berdasarkan subkelompok jenis kelamin dan tingkat kelas. Uji komparasi nonparametrik *Mann-Whitney* diterapkan untuk membandingkan kelompok laki-laki dan perempuan, sedangkan uji *Kruskal-Wallis* digunakan untuk menilai variasi antarjenjang kelas. Pengujian ini bertujuan mendeteksi kerentanan kelompok demografis tertentu terhadap indikator kesulitan emosional di sekolah. Rincian perbandingan rerata skor beserta nilai signifikansi statistik disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Skor SDQ dan DASS-Y menurut Jenis Kelamin dan Tingkat Kelas (Rerata ± SD)

Variabel	Laki-laki (n=111)	Perempuan (n=181)	p†	Kelas VII (n=91)	Kelas VIII (n=104)	Kelas IX (n=97)	p‡
Gejala emosional	2,59 ± 1,95	4,28 ± 2,17	**< 0,001**	3,00 ± 2,16	3,63 ± 2,33	4,24 ± 2,07	**0,001**
Masalah perilaku	2,38 ± 1,29	2,49 ± 1,23	0,520	2,20 ± 1,23	2,48 ± 1,35	2,64 ± 1,13	**0,029**
Hiperaktivitas	2,84 ± 1,56	3,40 ± 1,71	**0,014**	3,11 ± 1,69	2,86 ± 1,65	3,61 ± 1,62	**0,006**
Masalah teman sebaya	3,18 ± 1,50	2,65 ± 1,44	**0,002**	2,92 ± 1,54	2,51 ± 1,31	3,15 ± 1,54	**0,012**
Perilaku prososial	7,46 ± 1,96	7,59 ± 1,59	0,881	7,40 ± 1*laid*	7,71 ± 1,65	7,48 ± 1,63	0,483
Total kesulitan SDQ	10,98 ± 4,51	12,81 ± 4,93	**0,004**	11,23 ± 4,91	11,47 ± 4,80	13,64 ± 4,53	**< 0,001**
Depresi	2,01 ± 2,97	2,85 ± 4,13	0,376	2,00 ± 2,74	2,58 ± 3,67	2,97 ± 4,55	0,897
Ansietas	1,73 ± 2,30	3,32 ± 3,95	**< 0,001**	2,35 ± 3,11	2,48 ± 3,56	3,31 ± 3,74	0,099

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Stres	4,68 ± 3,89	7,44 ± 4,45	< **0,001**	5,65 ± 4,04	6,23 ± 4,30	7,27 ± 4,84	0,072
Total DASS-Y	8,42 ± 7,73	13,61 ± 11,23	< **0,001**	10,00 ± 8,59	11,29 ± 10,41	13,55 ± 11,51	0,122

Catatan: †Uji *Mann-Whitney* (laki-laki vs. perempuan). ‡Uji *Kruskal-Wallis* (kelas VII, VIII, IX). Angka cetak tebal menandakan nilai bermakna secara statistik ($p < 0{,}05$).

Berdasarkan rangkuman komparatif pada Tabel 7, siswa perempuan memiliki skor gejala emosional, ansietas, stres, dan total DASS-Y yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan siswa laki-laki ($p < 0{,}001$). Sebaliknya, kelompok laki-laki mencatatkan rerata masalah teman sebaya yang lebih tinggi daripada perempuan ($3{,}18 \pm 1{,}50$ berbanding $2{,}65 \pm 1{,}44$; $p = 0{,}002$). Berdasarkan jenjang pendidikan, skor total kesulitan SDQ meningkat secara bermakna pada kelas IX dibandingkan kelas VII dan VIII ($p < 0{,}001$). Gambaran data pada Tabel 7 ini mengindikasikan perlunya pendekatan intervensi yang responsif terhadap perbedaan gender dan tantangan transisi kelas akhir di sekolah.

Pembahasan

Temuan pada 292 siswa SMP Negeri 4 Ubud membuktikan bahwa masalah emosional dan perilaku memiliki keterkaitan erat dengan kemunculan gejala depresi, ansietas, dan stres. Sebanyak 24,3% siswa berada pada kategori *borderline* atau abnormal pada total kesulitan SDQ, sementara 22,9% siswa menunjukkan distres afektif pada instrumen DASS-Y. Korelasi positif yang sangat kuat ditemukan antara skor total kesulitan SDQ dengan total skor DASS-Y ($\rho = 0{,}79$). Di antara seluruh domain kesulitan, gejala emosional merupakan prediktor yang paling konsisten terhadap ketiga subskala DASS-Y. Perbedaan skor berdasarkan gender dan tingkatan kelas teridentifikasi pada beberapa domain, yang memperkaya pemahaman mengenai dinamika psikologis di lingkungan sekolah.

Proporsi total kesulitan SDQ kategori *borderline* atau abnormal sebesar 24,3% (dengan 6,8% berada pada kelompok abnormal) masih berada dalam rentang wajar populasi umum. Titik potong skor SDQ dikembangkan secara internasional agar sekitar 80% populasi berada pada rentang normal serta masing-masing 10% pada kategori *borderline* dan abnormal (Youth in Mind, n.d.). Sebaran data pada studi ini relatif konsisten dengan laporan survei nasional I-NAMHS yang memperkirakan sepertiga remaja di Indonesia mengalami masalah emosional atau perilaku (Pusat Kesehatan Reproduksi FK-KMK Universitas Gadjah Mada et al., 2022; Wiguna et al., 2020). Domain masalah hubungan teman sebaya mencatat proporsi *borderline* atau abnormal tertinggi, yakni mencapai 28,1%. Akan tetapi, temuan ini harus ditafsirkan secara berhati-hati karena konsistensi internal domain teman sebaya ($\alpha = 0{,}39$) dan masalah perilaku ($\alpha = 0{,}26$) tergolong rendah, pola yang juga dilaporkan pada populasi remaja di Tiongkok (Du et al., 2008). Sebaliknya, domain total kesulitan dan gejala emosional memiliki keandalan yang sangat baik ($\alpha = 0{,}77$) sehingga interpretasi pada tingkatan tersebut memiliki fondasi psikometrik yang kokoh.

Sebanyak 22,9% siswa memperlihatkan distres afektif DASS-Y derajat ringan atau lebih berat, dengan rincian 13,0% depresi, 16,8% ansietas, dan 14,4% stres. Distribusi keparahan ini sejalan dengan norma baku internasional pada remaja yang menetapkan sekitar 22% populasi berada pada kategori ringan atau lebih berat (Lovibond & Lovibond, 1995; Szabó & Lovibond, 2022). Meskipun mayoritas siswa berada dalam batas aman, keberadaan 41 siswa (14,0%) pada derajat sedang dan 17 siswa (5,8%) pada derajat berat hingga sangat berat memerlukan intervensi terstruktur. Faktor norma budaya Bali dalam pengekspresian emosi serta potensi bias *social desirability* saat pengisian kuesioner di kelas perlu dipertimbangkan dalam membaca

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

hasil penapisan ini. Evaluasi psikometrik membuktikan keandalan DASS-Y yang sangat tinggi pada penelitian ini ($\alpha = 0{,}84$–$0{,}93$), yang memperkuat hasil adaptasi instrumen versi bahasa Indonesia terdahulu (Kurnianto et al., 2025; Sarfika et al., 2024).

Korelasi yang sangat kuat antara total kesulitan SDQ dan total DASS-Y ($\rho = 0{,}79$) menunjukkan bahwa kedua instrumen menangkap konstruk distres internalisasi yang saling beririsan. Tumpang tindih isi butir instrumen turut menjelaskan tingginya nilai korelasi, mengingat subskala gejala emosional SDQ memuat indikator kecemasan dan keluhan somatik yang serupa dengan DASS-Y (Goodman et al., 2010). Selain itu, korelasi antar-subskala DASS-Y yang tinggi ($\rho = 0{,}62$–$0{,}65$) mencerminkan keberadaan dimensi afek negatif bersama yang mendasari sindrom depresi dan kecemasan (Clark & Watson, 1991). Hubungan erat antara gejala emosional SDQ dan DASS-Y lebih tepat dimaknai sebagai cerminan distres afektif umum daripada keterkaitan patologis yang spesifik. Penggunaan instrumen laporan mandiri yang diisi dalam waktu yang bersamaan juga berpeluang memperkuat koefisien hubungan akibat pengaruh varians metode bersama (*common method variance*).

Analisis regresi multivariabel mengonfirmasi bahwa gejala emosional SDQ merupakan prediktor independen terkuat terhadap skor depresi, ansietas, dan stres ($\beta = 0{,}45$–$0{,}52$). Masalah perilaku turut memperlihatkan hubungan independen dengan ketiga subskala, terutama terhadap keluhan stres ($\beta = 0{,}31$). Pola keterkaitan ini sejalan dengan konsep komorbiditas antara masalah internalisasi dan eksternalisasi yang kerap terjadi pada masa kanak-kanak dan remaja (Angold et al., 1999; Wolff & Ollendick, 2006). Keterkaitan antara masalah perilaku dan stres juga didorong oleh kedekatan karakteristik butir mengenai iritabilitas dan pengendalian emosi. Sementara itu, domain hiperaktivitas hanya mempertahankan hubungan independen yang lemah dengan stres ($\beta = 0{,}12$), yang mengindikasikan bahwa kesulitan atensi lebih memicu ketegangan psikologis dibandingkan distres suasana hati murni.

Hambatan hubungan dengan teman sebaya terbukti berhubungan secara signifikan dengan gejala depresi ($\beta = 0{,}20$) dan ansietas ($\beta = 0{,}23$), tetapi tidak dengan stres. Konflik dan penolakan teman sebaya telah lama diposisikan sebagai stresor sosial utama yang memicu kerentanan depresi pada masa remaja (Platt et al., 2013). Kendati demikian, rancangan potong lintang dalam studi ini tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausalitas mengenai apakah isolasi sosial mendahului distres afektif atau sebaliknya. Di sisi lain, perilaku prososial tidak memperlihatkan pengaruh mandiri terhadap derajat distres psikologis siswa. Temuan ini menegaskan kedudukan teoretis perilaku prososial sebagai dimensi kekuatan protektif yang terpisah secara struktur dari skala kesulitan psikologis (Goodman, 1997; Goodman & Goodman, 2009).

Berdasarkan eksplorasi demografis, siswa perempuan memperlihatkan skor gejala emosional, ansietas, stres, dan total DASS-Y yang lebih tinggi secara bermakna dibandingkan siswa laki-laki. Kesenjangan gender ini sejalan dengan literatur perkembangan psikiatri yang melaporkan eskalasi kerentanan internalisasi pada remaja putri pascapubertas (Costello et al., 2003; Hankin et al., 1998; Salk et al., 2017). Sebaliknya, skor masalah teman sebaya tercatat lebih tinggi pada siswa laki-laki, yang kemungkinan dipengaruhi oleh gaya pengungkapan konflik interpersonal yang berbeda antar-gender. Dominasi responden perempuan (62,0%) dalam penelitian ini juga menjadi faktor yang perlu diperhatikan saat mengekstrapolasi prevalensi distres secara umum.

Skor total kesulitan dan gejala emosional SDQ mengalami kenaikan bertahap seiring pertambahan jenjang kelas, dengan skor tertinggi ditemukan pada siswa kelas IX. Meskipun

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-November 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

proporsi distres DASS-Y cenderung meningkat pada kelas IX (30,9%), perbedaan tersebut belum mencapai ambang kemaknaan statistik ($p = 0{,}073$). Eskalasi tekanan akademik dan kecemasan menghadapi kelulusan serta transisi ke jenjang sekolah menengah atas menjadi penjelasan logis atas tingginya beban emosional siswa kelas akhir. Keterkaitan yang erat antara peningkatan kelas dan pertambahan kematangan usia menyulitkan pemisahan dampak kedua variabel tersebut secara terpisah.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis yang nyata bagi keberlanjutan Program SENYUM di SMP Negeri 4 Ubud. Kombinasi instrumen SDQ dan DASS-Y terbukti efektif memberikan gambaran skrining yang saling melengkapi dalam mengidentifikasi siswa yang berisiko. Siswa dengan kategori SDQ non-normal mencakup 85,4% siswa yang mengalami gejala DASS-Y derajat sedang atau lebih berat dengan nilai prediksi negatif mencapai 97,3%. Kelompok 17 siswa (5,8%) dengan gejala distres berat perlu menjadi target prioritas pendampingan intensif oleh guru Bimbingan dan Konseling serta rujukan medis terkoordinasi. Program penapisan kesehatan mental massal di sekolah wajib diimbangi dengan sistem pendampingan yang etis dan rahasia agar tidak memicu pelabelan sosial yang merugikan siswa (Humphrey & Wigelsworth, 2016).

Kekuatan penelitian ini mencakup ukuran sampel yang representatif di tingkat sekolah, partisipasi responden yang lengkap, serta pemanfaatan instrumen terstandardisasi yang sesuai dengan tahap perkembangan remaja. Namun, beberapa keterbatasan penelitian perlu dikemukakan secara objektif. Desain studi potong lintang membatasi pembuktian hubungan sebab-akibat antarvariabel yang diteliti. Penggunaan instrumen laporan mandiri (*self-report*) berpotensi menimbulkan bias pelaporan, serta belum melibatkan konfirmasi data dari pihak orang tua dan guru. Selain itu, titik potong skor masih mengacu pada norma luar negeri karena belum tersedianya norma lokal terstandar, dan lokus studi pada satu sekolah membatasi generalisasi temuan ke populasi remaja yang lebih luas.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara masalah emosional dan perilaku dengan gejala depresi, ansietas, dan stres pada siswa SMP Negeri 4 Ubud, terutama pada domain gejala emosional. Penggunaan kuesioner SDQ dan DASS-Y secara bersamaan terbukti efektif memberikan data penapisan komplementer dalam mendeteksi spektrum distres emosional dan hambatan perilaku di kalangan remaja. Hasil identifikasi awal melalui penapisan terstruktur ini sangat berpotensi membantu pihak sekolah dalam memetakan siswa yang memerlukan prioritas pendampingan dan evaluasi klinis lanjutan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan empiris dalam merancang sistem deteksi dini dan mekanisme rujukan kesehatan mental terpadu di lingkungan sekolah. Penguatan kapasitas guru sebagai *gatekeeper* serta penyediaan ruang konseling yang aman dan bebas stigma perlu diprioritaskan untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal dengan melibatkan multi-sekolah serta mengintegrasikan wawancara klinis langsung guna memperjelas arah hubungan kausalitas dan memvalidasi titik potong instrumen pada konteks lokal di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Angold, A., Costello, E. J., & Erkanli, A. (1999). Comorbidity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *40*(1), 57–87. https://doi.org/10.1111/1469-7610.00424

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, *100*(3), 316–336. https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.316

Costello, E. J., Mustillo, S., Erkanli, A., Keeler, G., & Angold, A. (2003). Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence. *Archives of General Psychiatry*, *60*(8), 837–844. https://doi.org/10.1001/archpsyc.60.8.837

Du, Y., Kou, J., & Coghill, D. (2008). The validity, reliability and normative scores of the parent, teacher and self report versions of the Strengths and Difficulties Questionnaire in China. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *2*, Article 8. https://doi.org/10.1186/1753-2000-2-8

Goodman, A., & Goodman, R. (2009). Strengths and Difficulties Questionnaire as a dimensional measure of child mental health. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *48*(4), 400–403. https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e3181985068

Goodman, A., Lamping, D. L., & Ploubidis, G. B. (2010). When to use broader internalising and externalising subscales instead of the hypothesised five subscales on the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ): Data from British parents, teachers and children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *38*(8), 1179–1191. https://doi.org/10.1007/s10802-010-9434-x

Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *38*(5), 581–586. https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x

Hankin, B. L., Abramson, L. Y., Moffitt, T. E., Silva, P. A., McGee, R., & Angell, K. E. (1998). Development of depression from preadolescence to young adulthood: Emerging gender differences in a 10-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, *107*(1), 128–140. https://doi.org/10.1037/0021-843X.107.1.128

Hart, L. M., Mason, R. J., Kelly, C. M., Cvetkovski, S., & Jorm, A. F. (2022). Teen Mental Health First Aid: Evaluation of a training program for secondary school teachers. *BMC Psychiatry*, *22*, Article 96. https://doi.org/10.1186/s12888-022-03734-7

Humphrey, N., & Wigelsworth, M. (2016). Making the case for universal school-based mental health screening. *Emotional and Behavioural Difficulties*, *21*(1), 22–42. https://doi.org/10.1080/13632752.2015.1120051

Kurnianto, A., Dhamayanti, M., Tarigan, R., Fadlyana, E., Rusmil, K., Sitaresmi, M. N., & Sari, D. M. (2025). Validation and reliability of the Depression Anxiety Stress Scale for Youth (DASS-Y) Indonesian version. *Psychology Research and Behavior Management*, *18*, 2417–2427. https://doi.org/10.2147/PRBM.S578397

Kutcher, S., Wei, Y., Costa, S., Gusmão, R., Skokauskas, N., & Sourander, A. (2021). Enhancing mental health literacy in young people. *World Psychiatry*, *20*(2), 255–256. https://doi.org/10.1002/wps.20867

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd ed.). Psychology Foundation of Australia.

Platt, B., Cohen Kadosh, K., & Lau, J. Y. F. (2013). The role of peer rejection in adolescent depression. *Depression and Anxiety*, *30*(9), 809–821. https://doi.org/10.1002/da.22120

Pusat Kesehatan Reproduksi FK-KMK Universitas Gadjah Mada, Kementerian Kesehatan RI, & Johns Hopkins University. (2022). *Indonesia National Adolescent Mental Health*

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467

Survey (I-NAMHS): Laporan nasional. Pusat Kesehatan Reproduksi FK-KMK UGM.

Salerno, J. P. (2021). Effectiveness of universal school-based mental health awareness programs among adolescents: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, *69*(4), 573–582. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.03.023

Salk, R. H., Hyde, J. S., & Abramson, L. Y. (2017). Gender differences in depression in representative national samples: Meta-analyses of diagnoses and symptoms. *Psychological Bulletin*, *143*(8), 783–822. https://doi.org/10.1037/bul0000102

Sarfika, R., Malini, H., Wicaksana, A. L., Wenny, B. P., & Saifudin, I. M. M. Y. (2024). Cross cultural adaptation and psychometric evaluation of the Indonesian version of the Depression Anxiety Stress Scales for Youth (IDASS-Y). *Heliyon*, *10*(19), Article e38830. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e38830

Szabó, M., & Lovibond, P. F. (2022). Development and psychometric properties of the DASS-Youth (DASS-Y): An extension of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) to adolescents and children. *Frontiers in Psychology*, *13*, Article 766890. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.766890

UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and supporting children's mental health*. UNICEF.

Wiguna, T., Anindyajati, G., Kaligis, F., Ismail, R. I., Minayati, K., Hanafi, E., Murtani, B. J., Wigantara, N. A., Putra, A. A., & Pradana, K. (2020). Brief research report on adolescent mental well-being and school closures during the COVID-19 pandemic in Indonesia. *Frontiers in Psychiatry*, *11*, Article 598756. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.598756

Wolff, J. C., & Ollendick, T. H. (2006). The comorbidity of conduct problems and depression in childhood and adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *9*(3–4), 201–220. https://doi.org/10.1007/s10567-006-0011-3

World Health Organization. (2024). *Mental health of adolescents*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Youth in Mind. (n.d.). *Strengths and Difficulties Questionnaire: Scoring the SDQ and bandings*. Diakses pada 30 September 2026, dari https://www.sdqinfo.org

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.16467