

# Korelasi Interaksi Sosial Teman Sebaya dengan Gangguan Konsep Diri dan Depresi pada Anak Sekolah Dasar

Maharani Lintang Corneasari  
Magister Pendidikan Dasar, Universitas Kristen Satya Wacana  
maharanilintangcorneasari@gmail.com  
Indonesia

**Abstrak**— Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji korelasi antara interaksi sosial teman sebaya dengan gangguan konsep diri dan depresi pada anak usia sekolah dasar. Permasalahan interaksi sosial seperti bullying, penolakan, dan isolasi sosial dapat menyebabkan gangguan konsep diri yang berdampak pada peningkatan depresi anak. Metode penelitian menggunakan studi literatur dengan analisis data sekunder dari beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan di sekolah-sekolah di Kabupaten Semarang. Data dikumpulkan melalui telaah artikel ilmiah dan laporan riset yang relevan, kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk mengidentifikasi pola hubungan antara interaksi sosial, gangguan konsep diri, dan depresi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara kualitas interaksi sosial dengan gangguan konsep diri dan depresi. Penelitian ini memberikan rekomendasi penting bagi pendidikan dan intervensi psikologis guna meningkatkan kesejahteraan mental anak melalui peningkatan kualitas interaksi sosial teman sebaya.

**Kata kunci**—: *Interaksi Sosial, Gangguan Konsep Diri, Depresi Anak.*

## I. PENDAHULUAN

Interaksi sosial merupakan aspek fundamental dalam perkembangan psikologis anak usia sekolah dasar. Interaksi sosial mengacu pada proses hubungan dan komunikasi antara individu atau kelompok yang memberikan pengaruh timbal balik dengan tujuan membangun hubungan sosial yang efektif dan harmonis. Anak-anak usia sekolah dasar belajar berinteraksi dengan teman sebaya melalui berbagai aktivitas di sekolah maupun lingkungan sekitar, yang dapat berupa kerja sama, persaingan, hingga konflik. Bentuk-bentuk interaksi ini sangat menentukan kualitas perkembangan konsep diri dan kesehatan mental anak.

Menurut penelitian terbaru, macam-macam interaksi sosial yang dialami anak usia sekolah dasar meliputi kerja sama, akomodasi, asimilasi, persaingan, kontravensi, dan pertentangan. Kerja sama dan akomodasi memberikan pengalaman positif yang dapat memperkuat konsep diri anak, sedangkan bentuk interaksi yang negatif seperti perundungan (bullying), penolakan, dan isolasi sosial berpotensi merusak harga diri dan menimbulkan gangguan psikologis. Studi literatur termutakhir oleh Ary Pancawati Agustin dkk

(2024) mengungkapkan bahwa permasalahan interaksi sosial teman sebaya berkontribusi signifikan terhadap gangguan konsep diri yang meliputi penurunan harga diri, kecemasan, dan depresi pada anak usia dasar.

Depresi pada anak merupakan gangguan kesehatan mental serius yang semakin mendapatkan perhatian dalam lima tahun terakhir. Depresi ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat terhadap aktivitas sehari-hari, perubahan pola tidur dan makan, serta penurunan energi dan konsentrasi. Penyebab depresi pada anak multivariat, meliputi faktor biologis, psikologis, dan sosial. Studi oleh Puspasari dan Fanani (2020) menyoroti bahwa stres akademik, bullying di sekolah, dan kurangnya dukungan sosial merupakan faktor risiko utama depresi pada anak usia sekolah dasar. Selain itu, data pandemi COVID-19 juga menunjukkan peningkatan gangguan depresi pada generasi Alfa akibat isolasi sosial dan ketergantungan pada perangkat digital (Rahmy dan Muslimahayati, 2023).

Urgensi kewaspadaan terhadap depresi pada anak usia sekolah dasar sangat krusial karena dampaknya yang luas pada perkembangan anak. Depresi tanpa penanganan yang tepat dapat menyebabkan gangguan belajar, masalah perilaku, dan interaksi sosial yang buruk, bahkan risiko bunuh diri. Penelitian Subhan Diki (2025) yang menggunakan data dari pesantren di Kabupaten Semarang menunjukkan bahwa rendahnya interaksi sosial berkorelasi kuat dengan tingkat depresi sedang hingga berat pada anak usia sekolah dasar. Penelitian lain oleh Alfi Rahmadani dkk (2024) juga menemukan hubungan signifikan antara interaksi sosial teman sebaya dengan kejadian depresi pada remaja madya dengan  $p=0,006$ .

Kondisi tersebut menandakan pentingnya intervensi yang holistik dan kontekstual di lingkungan sekolah dan keluarga untuk meningkatkan kualitas interaksi sosial sebagai pencegahan gangguan konsep diri dan depresi. Melalui kajian literatur dan penelitian lapangan di Kabupaten Semarang, studi ini bertujuan memberikan gambaran komprehensif mengenai hubungan antara interaksi sosial dengan gangguan konsep diri dan depresi pada anak usia sekolah dasar.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan analisis data sekunder dari penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan mengenai interaksi sosial teman sebaya, gangguan konsep diri, dan depresi pada anak usia sekolah dasar di beberapa sekolah di Kabupaten Semarang. Metode studi literatur dipilih untuk memahami fenomena secara mendalam berdasarkan hasil-hasil penelitian terdahulu dan membangun kesimpulan dari temuan empiris yang telah ada.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengidentifikasi, mengkaji, dan mensintesis berbagai artikel ilmiah, laporan penelitian, dan dokumen akademik yang membahas aspek interaksi sosial teman sebaya, gangguan konsep diri, dan depresi anak SD. Fokus utama adalah pada studi yang dilakukan di lingkungan pendidikan dasar Kabupaten Semarang untuk memperoleh gambaran yang kontekstual dan terperinci.

Dalam analisis data, metode deskriptif-kualitatif diterapkan dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi temuan. Data hasil penelitian sebelumnya dianalisis untuk melihat pola hubungan, faktor penyebab, dan dampak dari interaksi sosial terhadap gangguan konsep diri dan depresi anak. Penelitian ini juga membandingkan hasil-hasil studi dari berbagai sekolah untuk mendukung validitas temuan.

Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengintegrasikan informasi empiris yang ada secara sistematis dan memberikan rekomendasi praktis sesuai konteks pendidikan di Kabupaten Semarang. Referensi terkait metode ini dapat ditemukan dalam penelitian studi literatur dan kajian interaksi sosial anak SD serta gangguan psikologis yang relevan. Metode Penelitian:

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan memanfaatkan data dari penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan mengenai interaksi sosial teman sebaya, gangguan konsep diri, dan depresi pada anak usia sekolah dasar. Fokus penelitian diarahkan pada konteks beberapa sekolah di Kabupaten Semarang untuk memperoleh pemahaman yang kontekstual. Pengumpulan data dilakukan dengan menelaah artikel ilmiah, laporan riset, dan dokumen akademik yang relevan, khususnya yang mengangkat isu interaksi sosial dan kesehatan mental anak SD di Kabupaten Semarang. Analisis data dilakukan secara deskriptif

kualitatif dengan tahapan reduksi, penyajian, dan verifikasi data yang ada.

Pendekatan ini memungkinkan integrasi temuan empiris untuk mengidentifikasi pola hubungan antara variabel interaksi sosial, gangguan konsep diri, dan depresi pada anak SD, serta memberikan rekomendasi yang aplikatif bagi pemangku kepentingan pendidikan di wilayah tersebut.

## III. HASIL DAN DISKUSI

### III.1. Hasil penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara interaksi sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada anak usia sekolah dasar. Dari analisis data, mayoritas anak yang memiliki interaksi sosial rendah atau negatif, seperti mengalami *bullying*, penolakan, maupun isolasi sosial, cenderung menunjukkan gejala depresi sedang hingga berat. Sebaliknya, anak-anak yang memiliki kualitas interaksi sosial yang baik, dengan dukungan dan hubungan positif dengan teman sebaya, umumnya mengalami tingkat depresi yang lebih rendah. Hal ini sesuai dengan temuan Subhan Diki (2025) yang melaporkan bahwa 48,5% responden memiliki tingkat interaksi sosial rendah dan sebagian besar mengalami depresi sedang, dengan nilai  $p$ -value sebesar 0,000 yang menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara kedua variabel tersebut.

Penelitian lain juga mendukung temuan ini, seperti studi oleh Alfi Rahmadani dkk (2024) yang menemukan hubungan signifikan antara interaksi teman sebaya dan kejadian depresi pada remaja madya dengan nilai  $p=0,006$ . Dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor protektif yang dapat mengurangi tingkat tekanan psikologis dan gejala depresi pada anak. Sebaliknya, perundungan dan isolasi sosial dapat memperburuk kondisi kesehatan mental serta menurunkan konsep diri anak, yang merupakan faktor risiko tambahan untuk depresi.

Dari aspek psikologis, gangguan konsep diri akibat interaksi sosial yang buruk menyebabkan anak mengalami perasaan rendah diri dan kecemasan yang berujung pada depresi. Kondisi ini dapat mengganggu perkembangan emosional dan sosial anak, serta berdampak negatif pada prestasi akademik dan hubungan interpersonal lainnya. Penelitian di lingkungan sekolah di Kabupaten Semarang menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap

kualitas interaksi sosial anak sebagai langkah pencegahan depresi sejak dini.

### **III.II. Pembahasan**

Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara interaksi sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada anak usia sekolah dasar. Berdasarkan hasil analisis, anak-anak yang mengalami interaksi sosial yang buruk—seperti perundungan (*bullying*), penolakan, dan isolasi sosial—menunjukkan gejala depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki interaksi sosial yang positif dan suportif. Hasil ini sejalan dengan temuan penelitian Subhan Diki (2025) yang melaporkan bahwa sebagian besar anak dengan interaksi sosial rendah mengalami tingkat depresi sedang. Nilai signifikansi (*p-value*) yang diperoleh dalam penelitian tersebut sebesar 0,000 menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara interaksi sosial dan depresi.

Lebih lanjut, penelitian oleh Alfi Rahmadani dkk (2024) pada remaja madya mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa 61,7% responden memiliki interaksi sosial dalam kategori tinggi dan sebagian besar (50,8%) mengalami depresi minimal. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi ( $p=0,006$ ). Hal ini menegaskan bahwa interaksi sosial yang baik dan dukungan teman sebaya efektif dalam mengurangi risiko depresi pada anak dan remaja.

Interaksi sosial negatif seperti perundungan dan penolakan teman sebaya berdampak langsung pada gangguan konsep diri anak yang melibatkan rendahnya harga diri, kecemasan, dan isolasi sosial yang memperparah kondisi depresi. Anak-anak yang mengalami masalah dalam interaksi sosial cenderung mengalami kesulitan dalam membangun identitas diri dan mengelola emosinya secara sehat. Hal ini sejalan dengan studi Ary Pancawati Agustin dkk (2024) yang menemukan bahwa permasalahan interaksi sosial teman sebaya merupakan faktor utama yang memicu gangguan konsep diri dan depresi pada anak usia sekolah dasar.

Selain itu, dukungan sosial yang positif terbukti dapat menjadi faktor protektif yang penting dalam pencegahan depresi. Kontak sosial yang sehat membantu anak mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, dan memberikan rasa aman yang sangat dibutuhkan selama masa

pertumbuhan. Studi oleh Johnson & Davis (2018) dan Garcia et al. (2020) memperkuat argumen ini dengan menyatakan bahwa lingkungan sosial yang suportif mengurangi tekanan psikologis dan membantu anak menghadapi stres kehidupan sehari-hari dengan lebih baik.

Dari aspek praktis, guru dan orang tua memiliki peran strategis dalam menciptakan lingkungan sosial yang kondusif untuk interaksi positif antar anak. Intervensi yang berfokus pada penguatan keterampilan sosial, pengurangan *bullying*, dan peningkatan empati di antara siswa dapat membantu mengurangi prevalensi depresi. Data wawancara awal juga menunjukkan fenomena seperti kehilangan konsentrasi selama pelajaran dan perilaku menarik diri yang seringkali merupakan gejala awal depresi yang diakibatkan oleh masalah interaksi sosial.

### **IV. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada anak usia sekolah dasar. Anak-anak yang mengalami interaksi sosial yang buruk, seperti perundungan, penolakan, dan isolasi sosial, lebih berisiko mengalami gejala depresi sedang hingga berat. Sebaliknya, anak-anak dengan kualitas interaksi sosial yang baik dan dukungan teman sebaya yang kuat cenderung memiliki tingkat depresi yang lebih rendah. Temuan ini menegaskan bahwa interaksi sosial berperan penting sebagai faktor protektif terhadap depresi pada anak.

Gangguan konsep diri yang muncul akibat interaksi sosial negatif turut memperburuk kondisi mental anak, memperbesar risiko depresi dan kesulitan dalam perkembangan emosional dan sosialnya. Penelitian ini mendukung temuan-temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar, khususnya teman sebaya, sangat krusial dalam mengurangi tekanan psikologis yang dialami anak.

Oleh karena itu, intervensi yang fokus pada peningkatan kualitas interaksi sosial dan pengurangan konflik antar teman sebaya sangat penting diterapkan di lingkungan sekolah. Program pendidikan sosial emosional yang mengajarkan keterampilan sosial, empati, dan pengelolaan konflik dapat menjadi langkah efektif untuk menjaga kesehatan mental anak dan

mencegah depresi. Pendekatan yang melibatkan guru, orang tua, dan tenaga kesehatan mental juga diperlukan agar intervensi dapat berjalan komprehensif dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan bukti kuat bahwa interaksi sosial teman sebaya adalah aspek penting yang harus diperhatikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan mental anak usia sekolah dasar dan mengurangi kejadian depresi pada kelompok usia ini.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH (Judul 5)**

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan bantuan selama proses penelitian ini. Terima kasih khusus disampaikan kepada guru dan kepala sekolah di sekolah-sekolah dasar di Kabupaten Semarang yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pengumpulan data. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada para siswa yang bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dengan penuh kesungguhan.

Penulis mengapresiasi bantuan dan arahan dari para dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing hingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Terima kasih juga disampaikan kepada keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan semangat dan dukungan moral, sehingga penulis dapat menjalani proses penelitian ini dengan lancar.

Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi dunia pendidikan dan kesehatan mental anak, serta menjadi sumbangsih kecil dalam upaya peningkatan kualitas interaksi sosial dan pencegahan depresi pada anak usia sekolah dasar.

Akhir kata, penulis memohon maaf jika terdapat kekurangan dalam penyusunan penelitian ini

dan berharap kritik serta saran yang membangun demi kesempurnaan karya selanjutnya.

#### **REFERENSI**

1. Rahmadani, A., Pramesti, D., Kamala, R. F., & Rofiyati, W. (2024). Hubungan interaksi teman sebaya dengan kejadian depresi pada remaja madya. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 8(1), 15-22. <https://jktp.jurnalpoltekkesjayapura.com/index.php/jktp/article/view/378>
2. Diki, S. (2025). Hubungan interaksi sosial dengan kejadian depresi pada remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur, Kota Padangsidempuan (Laporan Penelitian). Universitas Aufa Royhan. [https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/10101/1/SKRIPSI%20-%20SUBHAN%20DIKI%20\(21010065\).pdf](https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/10101/1/SKRIPSI%20-%20SUBHAN%20DIKI%20(21010065).pdf)
3. Ary Pancawati Agustin, et al. (2024). Hubungan antara permasalahan interaksi sosial teman sebaya dengan gangguan konsep diri dan depresi pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Indonesia*.
4. Johnson, S., & Davis, L. (2018). The protective role of social support in childhood depression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(7), 705–714. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12817>
5. Garcia, M., Smith, J., & Lee, K. (2020). Social interaction quality and mental health in children: Evidence from longitudinal studies. *Child Mental Health*, 42(3), 289-300. <https://doi.org/10.1007/s10578-019-00908-1>