

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan keadaan dimana seseorang dapat mengatasi tekanan dalam proses kehidupan (Mahendroyoko, 2019). Kesehatan mental merupakan kondisi yang memungkinkan seseorang untuk berpikir, merasakan, dan berperilaku dengan cara yang sehat. Kesehatan mental paling rentan terjadi pada masa remaja. Kesehatan mental merupakan aspek yang sangat penting bagi remaja dalam menghadapi tekanan, mengatasi masalah, dan menjalin hubungan sosial yang sehat (Primasasti, 2023).

Menurut WHO (2018) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Perubahan dan persoalan yang terjadi pada remaja tidak dapat dikontrol dengan baik dapat menyebabkan masalah mental emosional pada remaja (Devita, 2020)

World Health Organization (WHO, 2021) menyatakan bahwa sekitar diperkirakan 1 dari 7 (14%) remaja berusia 10-19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental. WHO juga menyatakan bahwa sebanyak 450 juta jiwa di seluruh dunia memiliki prevalensi remaja dengan faktor gangguan jiwa 10%.

Secara global, gangguan yang paling banyak diderita oleh remaja adalah gangguan cemas (gabungan antara fobia sosial dan gangguan cemas menyeluruh) sebesar 3,7%, diikuti oleh gangguan depresi mayor (1,0%),

gangguan perilaku (0,9%), serta gangguan stress pasca-trauma (PTSD) dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) masing-masing sebesar 0,5% (Barus, 2022)

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa 9,8% penduduk usia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental emosional, dan 6,1% mengalami depresi (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan data dari *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* pada tahun 2022 ditemukan bahwa 15,5 juta remaja (34,9%) mengalami masalah kesehatan mental, dan 2,45 juta remaja (5,5%) mengalami gangguan mental. Berdasarkan *Databoks Katadata*, sebanyak 1 dari 3 remaja Indonesia usia 10-17 tahun memiliki masalah kesehatan mental. Angka tersebut setara dengan 15,5 juta remaja. Kondisi ini dapat dikhawatirkan, karna 20% dari total penduduk Indonesia merupakan remaja usia 10-19 tahun (Minsih, 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2020), masa remaja ditandai dengan perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang pesat. Perubahan-perubahan ini dapat memicu munculnya masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, dan masalah perilaku (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018). Ketika seorang remaja mengalami kesulitan emosional atau mental yang serius serta tekanan dan stress yang berlebihan, penting untuknya memiliki dukungan yang memadai terutama dari keluarga. Kurangnya dukungan dari orang terdekat terutama keluarga

dapat berakibat pada perasaan terisolasi dan putus asa (Vienlencia, 2021).

Dampak lain dari masalah kesehatan mental pada remaja dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya merusak interaksi dengan orang lain, tetapi juga dapat menurunkan prestasi belajar remaja di sekolah (Salsabila, 2022). Untuk mengatasi dampak masalah kesehatan mental pada remaja, penting bagi remaja untuk membangun hubungan yang positif dan mendapat dukungan dari orang-orang terdekat terutama dari keluarga (Primasasti, 2023).

Dukungan keluarga merupakan unit sosial utama yang memberikan pengaruh untuk pertumbuhan remaja, keluarga yaitu tempat dimana seseorang dapat belajar untuk bersosialisasi keberhasilan, perkembangan remaja yang dapat dicapai melalui tindakan dengan anggota keluarga. Perkembangan remaja dipengaruhi oleh lingkungan sosial remaja itu sendiri baik orangtua, guru, sanak saudara serta orang dewasa atau teman sebaya lainnya tetapi tidak semua memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik (Vienlencia, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Moch. Didik Nugraha (2023) tentang “Struktur Keluarga” didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki struktur keluarga dengan kategori cukup Sebagian besar kesehatan mentalnya berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 39 responden (60%). Sementara itu, pada remaja yang memiliki struktur keluarga dengan kategori kurang Sebagian besar kesehatan mentalnya berada dalam kategori rendah pula yaitu sebanyak 11 responden (64,7%). Sehingga setelah dilakukan uji

korelasi statistik dengan *Rank Spearman* didapatkan nilai $p = 0,000$ yaitu artinya terdapat hubungan yang bermakna antara struktur keluarga dengan kesehatan mental remaja (Nugraha et al., 2023).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khasanah Idakurniawati tahun 2023 tentang “Hubungan dukungan sosial keluarga dengan Kesehatan jiwa remaja awal di MTS Negeri 2 Karanganyar ” didapatkan hasil responden yang mendapat dukungan sosial keluarga dalam kategori tinggi sebanyak 48 responden 63, 2% dan responden yang memiliki kesehatan jiwa dalam kategori sedang 66 responden 86, 8% dan dari uji statistik menunjukkan nilai *p-value* 0,001 dengan nilai *Correlation Co efficient* 0,375, yang artinya terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kesehatan jiwa remaja awal (Kurniawati et al., 2023).

Berdasarkan Dinas Pendidikan kota Padang terdapat 101 SMP yang terdiri dari 43 sekolah negeri serta 58 sekolah swasta. Dari beberapa SMP yang ada di kota Padang terdapat 3 sekolah yang memiliki siswa dan siswi terbanyak yaitu SMP 18 Padang terdiri dari 1.025 peserta didik, SMP 13 terdiri dari 498 peserta didik dan SMP Negeri 12 Padang 805 peserta didik. Dari data tersebut peneliti memilih tempat untuk melaksanakan penelitian di SMP Negeri 12 Padang.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan dengan cara wawancara kepada salah satu guru di SMP Negeri 12 Padang, terdapat beberapa siswa yang tidak stabil dalam mengontrol emosi, sering berbicara kasar, mewarnai rambut dan mencontek ketika ujian, hal tersebut disebabkan karna sebagian

dari siswa tersebut merupakan korban perceraian orang tua, dan kurang perhatian dari keluarganya terutama orangtua.

Wawancara juga dilakukan kepada 10 siswa di SMP Negeri 12 Padang, hasil wawancara didapatkan 6 siswa mengatakan jika orangtuanya tidak begitu peduli jika siswa tersebut mendapatkan nilai yang rendah, siswa-siswi tersebut juga mengatakan bahwa orangtua mereka terlalu sibuk dengan pekerjaannya sehingga siswa-siswi tersebut merasa tidak diperhatikan oleh keluarganya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental remaja.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 12 padang tahun 2024

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 12 padang tahun 2024

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kesehatan mental remaja di SMP 12 Negeri padang tahun 2024

- b. Diketahui distribusi frekuensi dukungan keluarga Remaja di SMP 12 Negeri Padang tahun 2024
- c. Diketahui hubungan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental remaja di SMP Negeri 12 Padang tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

1) Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melaksanakan penelitian ilmiah serta menambah wawasan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental remaja di SMP Negeri 12 Padang tahun 2024.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan bacaan di perpustakaan dan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa STIKes Alifah Padang. sehingga penelitian ini dapat dilanjutkan dan lebih dikembangkan untuk penelitian yang baru.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan (SMP Negeri 12 Padang)

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan yang bermanfaat, dan menjadi informasi tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental remaja.

b. Bagi Institusi

Penulisan ini diharapkan memperkaya pengetahuan pembaca dan dijadikan bahan referensi untuk melakukan penulisan selanjutnya dalam perkembangan ilmu keperawatan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Pada ruang lingkup ini membahas tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental remaja di SMP Negeri 12 Padang. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini berupa pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa/siswi kelas VIII SMP 12 Padang yaitu sebanyak 280. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Juli 2024 yaitu pada tanggal 17-18 Juli. Variabel Independen pada penelitian ini yaitu Dukungan Keluarga. Sedangkan variabel independent pada penelitian ini adalah Kesehatan mental remaja. Sampel pada penelitian ini sebanyak 74 siswa dengan metode *random sampling* dengan menggunakan uji *chi-square* dengan *p-value* ($<0,05$)