

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja merupakan suatu masa perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Rentang usia remaja menurut WHO merupakan penduduk berusia mulai dari 10 sampai dengan 19 tahun, sementara itu sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 remaja ialah penduduk berusia mulai dari 10 sampai 18 tahun. Masa ini juga merupakan waktu bagi seseorang yang mengalami perubahan dalam berbagai aspek, seperti aspek kognitif, emosional, sosial dan moral (Stuart & Sundeen, 2013). Pada masa transisi ini disebut juga dengan pencarian jati diri, yang di mana dapat menyebabkan remaja mengalami beraneka macam perubahan, salah satunya perubahan emosional yang dianggap sulit bagi remaja, keluarganya dan orang-orang sekitarnya (Andriani & Hidayati, 2016).

Pengendalian diri di masa remaja belum sempurna, akan tetapi perkembangan emosi pada remaja sudah berapi-api dan memiliki energi yang besar. Situasi dan perdebatan yang terjadi pada usia remaja dapat menimbulkan masalah psiko-emosional jika tidak dikelola dengan baik (Devita, 2019). Mental emosional merupakan usaha untuk menyamakan lingkungan dan pengalaman dengan diri. Gangguan mental emosional pada anak adalah masalah yang cukup serius (Fitri *et al.*, 2019).

Penyakit mental emosional ini adalah situasi yang menunjukkan bahwa seseorang sedang mengalami perubahan emosional dan jika berkelanjutan sangat tidak wajar, sehingga harus diambil tindakan pencegahan perkembangan penyakit

tersebut guna menjaga kesehatan mental. Gangguan mental ini merupakan satu diantara masalah kesehatan yang sangat umum di masa remaja. Gejala pada masalah kesehatan emosional ini adalah masalah kecemasan (*ansietas*), persoalan hubungan dengan teman sebaya, perilaku peka dan peduli terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain hingga depresi yang bisa digambarkan dari semangat yang hilang, menderita gangguan tidur, sampai dengan pikiran akan menyakiti diri sendiri atau ingin bunuh diri (Mubasyiroh *et al.*, 2017). Depresi adalah salah satu dari pemicu utama gangguan mental emosional.

Keadaan yang dapat memicu gangguan mental emosional pada anak salah satunya adalah lingkungan keluarga. Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dapat berpengaruh kuat dalam pembentukan perasaan emosional pada remaja, dilihat dari peran dan pola komunikasi keluarga juga dapat mempengaruhi jiwa seorang remaja. Keluarga merupakan pusat kehidupan individu, oleh karena itu peran keluarga sangat penting dalam pencegahan gangguan jiwa. Untuk menjaga kesehatan mental anak keluarga harus terlibat dalam menjaga kesehatan mental keluarga.

Peranan keluarga yang diberikan juga dapat mempengaruhi kesehatan mental emosional pada remaja. Keluarga bersifat saling ketergantungan, mereka juga berperan aktif dalam memahami kesehatan fisik dan mental remaja. Selain itu keluarga adalah sekelompok orang yang paling dekat dengan remaja, sehingga komunikasi mengenai isu-isu yang sensitif lebih terbuka.

Pada tahap keluarga dengan anak remaja komunikasi antara keluarga khususnya orang tua dan anak merupakan tugas perkembangan keluarga yang harus dijaga. Terhindarnya remaja dari perilaku yang emosional dan membuat

remaja lebih patuh dapat didukung oleh terjalannya komunikasi yang baik antar keluarga. Dalam rangka merawat kesehatan mental anak, pola komunikasi keluarga paling penting dalam memberikan wadah kerjasama yang terbuka agar orangtua dan anak tidak saling menyimpan rahasia.

World Health Organization mengemukakan prevalensi global gangguan mental emosional antara usia 10 tahun sampai dengan 19 tahun yang menderita kesehatan mental mencakup 16% dari beban global penyakit dan cedera. Kebanyakan orang dewasa dengan gangguan kesehatan mental dimulai pada usia 14 tahun. Berdasarkan data statistik, WHO memiliki data sebanyak 450 juta jiwa menderita gangguan mental, 264 juta orang menderita depresi, terdapat 45 juta orang menderita gangguan bipolar, sebanyak 20 juta orang menderita skizofrenia dan sekitar 50 juta orang mengalami demensia di seluruh dunia.

Dari data yang diperoleh oleh Survei Data Kesehatan Indonesia (SDKI) diketahui remaja usia 15-19 tahun sudah menunjukkan perilaku menyimpang dan masalah emosional (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Dari data yang diperoleh dari Riskesdas tahun 2018 prevalensi gangguan mental emosional di DKI Jakarta sebanyak 10,09% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut data kesehatan mental remaja Indonesia tahun 2018, sebanyak 9,8% usia diatas 15 tahun memiliki prevalensi gangguan mental emosional dengan indikasi depresi dan kecemasan, meningkat dibandingkan pada tahun 2013 dengan prevalensi gangguan mental emosional hanya 6% (Riskesdas, 2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) membuktikan bahwa lebih dari 19 juta orang lebih berusia diatas 15 tahun menderita gangguan mental emosional dan 12 juta orang lebih berusia diatas 15 tahun menderita depresi. Menurut data Riskesdas 2018

prevalensi gangguan mental emosional pada remaja umur 15 tahun ke atas di Provinsi DKI Jakarta mencapai 10% dan Jakarta Pusat memiliki prevalensi yang cukup tinggi, yaitu sebanyak 3,4%.

Tingkat depresi sejak masa remaja yang tinggi menunjukkan bahwa remaja khususnya remaja pertengahan hingga akhir rentan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan kesehatan mental. Didapatkan data pada tingkat SMP dan SMA bahwa 6,61% anak merasa kesepian dan 40,75% anak memiliki masalah kecemasan menurut survei yang dilakukan oleh *Global School-based Healthy Survey* (GSHS).

Sebuah studi penelitian tahun 2017 oleh Mubasyiroh tentang determinan gejala psiko-emosional pada siswa SMP sampai siswa SMA di Indonesia menunjukkan bahwa peran orang tua dapat mempengaruhi mental emosional pelajar (Mubasyiroh *et al.*, 2017). Berdasarkan penelitian Djayadin (2020) tentang penerapan pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental, menyatakan bahwa penerapan pola komunikasi keluarga memiliki dampak yang besar terhadap kesehatan mental anak (Djayadin & Munastiwi, 2020).

Penelitian Iskandar *et al* (2021) di SMA Negeri 78 Jakarta berdasarkan hasil dari kuesioner *Strengths and Difficulties Questionnaire* yang cukup tinggi beberapa siswa memiliki masalah kesehatan mental emosional dari 68 responden terdapat 28 (41%) memiliki skor kesulitan di atas batas normal dalam kategori *borderline* dan *abnormal* (Iskandar *et al.*, 2021).

Setelah peneliti melakukan studi pendahuluan dapat disimpulkan bahwa secara umum kasus-kasus pada siswa dan siswi di SMAN 7 Jakarta Pusat yang

memiliki berbagai masalah umumnya merujuk pada permasalahan komunikasi dalam keluarga yang kurang baik.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan studi pendahuluan maka peneliti ingin mengetahui hubungan peran keluarga dan pola komunikasi dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang maka dapat dirumuskan masalah yaitu apakah ada hubungan yang signifikan dari peran dan pola komunikasi keluarga dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat.

1.3. Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan peran keluarga dan pola komunikasi keluarga dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat.

1.3.2. Tujuan khusus

1.3.2.1. Mengetahui karakteristik responden dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat.

1.3.2.2. Mengetahui hubungan peran keluarga dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat.

1.3.2.3. Mengetahui hubungan pola komunikasi keluarga dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat.

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1. Bagi responden

Diharapkan dapat bermanfaat bagi responden khususnya bagi remaja untuk membantu remaja agar terhindar dari gangguan mental emosional.

1.4.2. Bagi masyarakat

Sebagai bahan bacaan, referensi dan masukan atau sebagai sumber pengetahuan dalam pembuatan karya ilmiah untuk melakukan penelitian yang lebih luas mengenai peran keluarga dan pola komunikasi dengan gangguan mental emosional.

1.4.3. Bagi sekolah

Diharapkan dapat bermanfaat bagi SMAN 7 Jakarta Pusat untuk melihat bagaimana keadaan mental emosional dari siswa dan siswinya dan sebagai bahan evaluasi bagaimana sekolah harus menciptakan lingkungan yang sehat untuk para pelajar.

