# BAB 1 PENDAHULUAN

## Latar Belakang

Kesehatan mental telah menjadi topik hangat di seluruh dunia pendidikan saat ini. Pergaulan dengan teman sebaya yang tidak benar dapat menimbulkan efek negatif (seperti merokok, penggunaan alkohol, kecanduan narkoba, seks bebas, dan lain-lain). Oleh karena itu, remaja sangat rentan tidak produktif dalam mengisi waktu luangnya. Kesehatan mental remaja digambarkan sebagai *roller coaster* dari aspek emosional dan psikologis. Dampak masalah kesehatan mental pada remaja meliputi : bolos sekolah, tidak menyelesaikan tugas, konflik dengan teman atau orang lain, bunuh diri, ketidakberdayaan, kebingungan, perkataan kasar (misuh), meminta perhatian, sindiran, perasaan sedih, keluhan fisik dan perkelahian (Yunanto, 2018).

WHO menunjukkan bahwa hampir 1 miliar orang di dunia hidup dengan gangguan mental dan setiap 40 detik terdapat satu orang yang meninggal karena bunuh diri (Sharma, 2020). Berdasarkan data global *Burden of Disease* 2020, terdapat hampir 52 juta kasus tambahan gangguan kecemasan pada perempuan dan lebih dari 35 juta kasus depresi mayor tambahan pada tahun 2020 dibandingkan dengan tahun sebelumnya (Santomauro, 2021). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 menunjukkan prevalensi masalah mental emosional usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 37.728 orang atau 6.0% dari jumlah yang dianalisis sebanyak 703.946 orang. Prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk berumur >15 tahun menurut RISKESDES 2018 ada 9,8% sejumlah 6,1% hanya 9% penderita depresi yang minum obat/menjalani pengobatan medis. Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 25 Januari 2023 dengan menggunakan kuisioner Pediatric Symptom Checklist (PSC) didapatkan dari 10 responden menunjukkan gangguan psikologis masalah kesehatan mental.

Faktor yang berhubungan dengan terjadinya masalah kesehatan mental pada remaja adalah proses belajar daring, pola makan, waktu yang habis untuk menatap layar, konsumsi berita dari media, jenis kelamin, komunikasi dengan orang tua, bentuk keluarga, penggunaan media sosial, isolasi sosial, kerentanan individu, keluarga, dan sosial remaja, tingkat pendidikan (Herbawani, 2021); religiusitas tinggi , kecanduan gadged , interaksi teman sebaya, pola asuh orang tua (Marta, 2021), cemas, depresi, Gangguaan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas serta gangguan conduck (Yasipin,. Rianti. S. A., Hidaya.N, 2020). Pola asuh demokratis membentuk karakteristik yang mandiri, dapat mengontrol diri, mempunyai hubungan baik dengan teman, mampu menghadapi stress.

Pola asuh otoriter akan membentuk karakteristik menjadi penakut, pendiam, tertutup, tidak berinisiatif, gemar menentang, dan menarik diri. Pola asuh permisif membentuk karakteristik yang impulsive, agresif, tidak patuh, kurang mandiri, kurang percaya diri dan kurang matang secara sosial (Devita. Y, 2020). Menurut penelitian Utami & Kurniawati (2019) menunjukkan bahwa siswa yang kecanduan gadged berisiko menurunkan prestasi akademik, meningkatkan perasaan cemas dan memuculkan gejala depresi. Keterlibatan agama berkorelasi dengan kesehatan mental yang lebih baik, khususnya pada keinginan bunuh diri, gejala depresi, dan penyalahgunaan zat. Keyakinan dan praktik agama berkaitan dengan kepuasan hidup yang lebih besar, pengaruh positif dan moral yang lebih tinggi (Winurini. S, 2019)

Orang yang memiliki *religious consciousness* apabila menghadapi permasalahan dalam hidupnya, ia akan mampu menghadapinya dengan baik, karena nilai religi dalam dirinya, seperti adanya rasa sabar, kemampuan menyikapi rasa cemas, keyakinan kesukaran dalam hidup merupakan bagian dari cobaan Tuhan kepada hamba-Nya yang beriman (Magfiroh, 2020). (Hamid, 2020) yang meneliti mengenai pengaruh *smartphone addiction* terhadap empati pada generasi milenial terdapat pengaruh yang berarah negatif, yaitu semakin tinggi tingkat kecanduan gadged maka tingkat empati semakin rendah dan begitu juga sebaliknya maka upaya *Psychological well-being* harus seimbang. Pola asuh orang tua yang baik akan mempengaruhi karakter. Menghindari perilaku bullying dengan orang tua tidak menekan dan selalu memberi dukungan agar memiliki kepecayaan dri yang tinggi serta dapat bersosialisasi dengan baik dan mengurangi potensi perilaku bullying di kalangan remaja (Akbar., 2020)**.**

Dengan pemaparan mengenai kondisi dan urgensi kesehatan mental di dunia, khususnya di Indonesia yang saat ini sangat marak dalam dunia pendidikan, maka menjadi suatu hal yang mendesak bagi peneliti untuk meneliti kesehatan mental remaja di sekolah.Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental pada remaja adalah dengan melakukan aktivitas fisik, memiliki sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri dalam arti ia dapat mengenal dirinya dengan baik, memelihara pikiran yang positif, memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah, bebas dari penyimpangan, kebutuhan serta memiliki empati dan kepekaan sosial, kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berinteraksi dengan lingkungan secara baik (Ulya, F. , Setiyadi, N. A., 2021). Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang analisis faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto.

## Pembatasan dan Rumusan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah siswa di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto. Sedangkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah karena banyaknya faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental remaja maka peneliti akan membatasi faktor pola asuh , faktor religiusitas, dan faktor kecanduan gadged yang berhubungan dengan kesehatan mental remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto. Adapun rumusan masalahnya adalah “Apa analisis faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto”.

## Tujuan Penelitian

### Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto.

### Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Faktor Pola Asuh pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto
2. Mengidentifikasi Religiusitas pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto
3. Mengidentifikasi Kecanduan Gadged pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto
4. Mengidentifikasi Kesehatan Mental pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Mojokerto
5. Menganalisis Hubungan Faktor Pola Asuh dengan Kesehatan Mental Remaja
6. Menganalisis Hubungan Faktor Religiulitas dengan Kesehatan Mental Remaja
7. Menganalisis Hubungan Faktor Kecanduan Gadged dengan Kesehatan Mental Remaja

## Manfaat Penelitian

### Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi tentang faktor yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental remaja.

### Manfaat Praktis

a. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya dan khususnya dalam pengembangan kesehatan mental bagi remaja di sekolah.

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang masalah kesehatan mental pada remaja.

c. Bagi Remaja

Menambah wawasan dan informasi tentang pentingnya masalah kesehatan mental pada remaja.

d. Bagi Peneliti

Sebagai bahan untuk pengembangan ilmu kesehatan , menambah wawasan dan pengalaman khususnya tentang masalah kesehatan mental remaja.