

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa yang mana merupakan sebuah masa ketika individu mencapai kematangan mental, emosional, sosial, fisik (Fitri et al., 2018). Oleh karena itu remaja paling banyak memiliki masalah kesehatan mental, dimana akan banyak perubahan yang terjadi secara emosional, perubahan ini lebih berkaitan dengan perubahan suasana hati seperti merasa cemas, stres dan depresi dan psikologis (Melisza et al., 2021, Ningrum & Amna, 2020).

Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu dapat memahami potensinya, bekerja dengan baik, dapat mengatasi tekanan dan mampu berkontribusi dalam komunitasnya (WHO, 2020). Kesehatan mental juga merupakan dimensi kehidupan yang sangat penting, karena dengan mental yang sehat, kehidupan akan berjalan dengan baik dan wajar. Sehat mental secara umum dapat diartikan sebagai kondisi mental yang normal dan memiliki motivasi untuk hidup secara berkualitas (laras dengan nilai-nilai agama dan budaya), baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, masyarakat, maupun sisi kehidupan lainnya (Adhyka et al., 2023). Kesehatan mental tidak hanya mengacu pada tidak adanya gangguan mental, tetapi juga mencakup

kemampuan individu untuk mengelola emosi, berinteraksi sosial dan beradaptasi dengan perubahan (*American Psychiatric Association, 2020*).

Disamping mental yang sehat, masalah pada mental ditandai dengan perubahan emosional dan apabila berkelanjutan akan berkembang menjadi keadaan patologis (Malfasari et al, 2020). Masalah kesehatan mental juga merupakan salah satu penyebab utama disabilitas terkait kesehatan di kalangan anak-anak dan remaja di seluruh dunia. Prevalensi gangguan kesehatan mental dilaporkan meningkat pada masa remaja diseluruh dunia (Zawaadi et al, 2021). Masalah kesehatan mental mempunyai implikasi penting terhadap setiap aspek kehidupan remaja termasuk kemampuan mereka untuk terlibat dalam pendidikan, menjalin dan mempertahankan teman, menjalin hubungan keluarga, dan menemukan jalan mereka sendiri di dunia (Hagell et al, 2015).

Prevalensi global masalah kesehatan mental di antara orang berusia 10-19 tahun telah meningkat sebesar 16%, dimana pada umur tersebut paling rentan mengalami masalah kesehatan mental (WHO, 2021). Pada tahun 2018 lebih dari 19 juta penduduk di Indonesia dengan usia 15 tahun ke atas mengalami masalah mental emosional (Riskedes, 2018). Provinsi Sumatera Barat 13% remaja yang berusia ≥ 15 tahun terdapat mengalami masalah mental emosional (Riskesdas, 2018). Masalah kesehatan mental usia ≥ 15 tahun di Sumatra Barat pada tahun 2021 dilaporkan masalah gangguan cemas sebanyak 138 orang. Kota Padang, jumlah penduduk yang mengalami masalah mental dengan rentang umur 15-59 tahun berjumlah 1.884 orang di tahun 2022, kondisi kesehatan mental yang terganggu menjadi penyebab kesakitan dan

kematian remaja (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2023). Menurut dinas kesehatan kabupaten Agam, bahwasanya masalah kesehatan mental pada remaja yaitu sebanyak 754 remaja pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Kabupaten Agam, 2022).

Kondisi kesehatan mental yang tidak terdeteksi dan tidak diobati karena sejumlah alasan, seperti kurangnya pengetahuan atau kesadaran tentang kesehatan mental diantara petugas kesehatan, atau stigma yang mencegah remaja mencari bantuan, bisa meningkatkan kemungkinan perilaku beresiko lebih lanjut dan dapat mempengaruhi kesejahteraan kesehatan mental dan emosi pada remaja (Malfasari et al, 2020). Determinan gejala mental emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia menunjukkan bahwa 60,17% pelajar SMP-SMA dengan usia terbanyak 13-15 tahun mengalami gejala masalah mental emosional. Gejala yang dialami yaitu sebesar 44,45% merasa kesepian, 40,75% merasa cemas, dan 7,33% pernah ingin bunuh diri (Mubasyiroh et al., 2017).

Hal ini menunjukkan bahwa masa-masa remaja merupakan masa dengan risiko gangguan mental yang cukup tinggi. Remaja perlu menyadari potensi yang dimiliki untuk menanggulangi tekanan hidup, bekerja secara produktif dan memberikan kontribusi pada lingkungan (Ruswandi & Fitriyani, 2023). Berbagai faktor mempengaruhi kesehatan mental remaja seperti dari sifat, genetik atau adanya riwayat pengidap gangguan mental dalam sosial budaya, agama, (Rosmalinda et al., 2021).

Menurut Penelitian *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey*, prevalensi paling banyak yang menjadi faktor masalah pada mental remaja di Indonesia yaitu faktor keluarga (83.9%), disusul teman sebaya (62.1%), sekolah atau pekerjaan (58.1%), dan distress personal (46.0%) (I-NAMHS, 2022). Perubahan biologi, psikologi dan sosial juga dapat menjadi faktor risiko atau menjadi faktor protektif terhadap munculnya masalah kesehatan mental pada remaja. Oleh karena itu semakin banyak faktor risiko yang dialami remaja, semakin besar potensi dampaknya terhadap kesehatan mental mereka (WHO, 2021).

Banyaknya anggapan bahwa permasalahan mental remaja bukan hal yang serius untuk ditangani serta minimnya perhatian orang tua terhadap perubahan perilaku yang terjadi membuat remaja tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai akan membuat mental remaja menjadi lebih buruk (Yuliasari & Pusvitasari, 2023). Pola asuh yang mencakup pembatasan, larangan, dan interogasi terus-menerus kepada anak-anak mereka tentang apa yang mereka lakukan berdampak negatif pada perilaku remaja mereka karena remaja memiliki keinginan untuk mencoba melarikan diri dari masalah mereka dengan melarikan diri dari rumah mereka dan menentang keinginan orang tua mereka (Ningrum et al, 2023). Permasalahan sosial dan kurangnya dukungan sosial rentan memicu depresi pada remaja, terutama ketika tidak adanya penerimaan diri dan lingkungan, munculnya konflik internal dalam diri juga dapat memicu remaja untuk mengalihkan masalah dengan menggunakan

zat sedatif, hingga memunculkan komorbiditas depresi (Yuliasari & Sari, 2018).

Tanda gangguan kesehatan mental pada anak dan remaja terkadang sulit diketahui oleh orangtua jika tidak diperhatikan dengan baik. Maka peran orangtua sangat dibutuhkan dalam menjaga kesehatan mental anak dan remaja. Dibutuhkan kasih sayang, peran, dan kepedulian orangtua dan keluarga dalam membentuk mental yang sehat dan kuat pada anak dan remaja (Arafah, 2023). Pentingnya faktor pendukung seperti dukungan keluarga dan guru disekolah juga sangat dibutuhkan agar menumbuhkan rasa penerimaan diri yang dibutuhkan dalam menghadapi gejolak dan tantangan dalam kesehatan mental pada remaja (Irnanda & Hamidah, 2021). Dalam mendukung kesehatan mental remaja, orang tua memiliki peran yang sangat penting untuk mengasuh dan merawat anak dengan penuh kasih sayang agar anak dapat hidup bahagia, sehat, dan sejahtera (UNICEF, 2022).

Pola asuh yang diberikan oleh orang tua dari setiap keluarga berbeda-beda, ada yang membentuk karakter anak melalui pola asuh permisif, ada yang melalui pola asuh otoriter dan ada yang membentuk karakter anak melalui pola asuh demokratis (Kholifah & Sodikin 2020). Pola asuh dan lingkungan keluarga dapat menjadi masalah utama pada kesehatan mental remaja, dimana ketidakmampuan orang tua dalam mengendalikan emosi juga berpengaruh terhadap ketidakmampuan remaja dalam mengenali emosinya sehingga tingkat stress yang dialami remaja menjadi lebih tinggi dan pola asuh yang diterapkan

oleh orang tua dalam memperlakukan anaknya sehari-hari juga mempengaruhi bagaimana perilaku anak (Utami & Raharjo. 2019; Shaw et al. 2019).

Penelitian oleh Fitri, Neherta dan Sasmita (2018) mengatakan, dari empat faktor yang mempengaruhi masalah mental emosional remaja ada dua faktor yang signifikan mempengaruhi masalah mental emosional remaja di SMK Swasta Se-Kota Padang Panjang pada tahun 2018 yaitu faktor pola asuh orang tua dan faktor lingkungan teman sebaya sebagian besar pola asuh yang diterapkan oleh orang tua adalah pola asuh otoriter dan permisif yaitu 58,4%. Kedua pola asuh ini sangat berdampak pada masalah mental emosional remaja yaitu rata-rata berada pada kategori *borderlain*. Penelitian oleh Mardhiah et al, (2022), dengan judul hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan masalah mental remaja, dimana pola asuh permisif dan otoriter menjadi penyebab terjadinya masalah pada mental remaja.

Keterlibatan orang tua dalam memberikan bimbingan serta arahan bagi anak akan menentukan keberhasilan anak pada tahap selanjutnya, dimana orang tua harus mengajarkan kecerdasan emosi kepada anaknya dengan memberikan pengalaman, pengetahuan dan teladan (Siringoringo, 2018). Lingkungan masyarakat dan keluarga terutama pola asuh orang tua yang kurang memberikan pendidikan agama dan pengawasan terhadap remaja juga akan berpengaruh pada kesehatan mental remaja (Replita, 2018). Sering kali orangtua tidak memberikan kesempatan pada anaknya untuk berpendapat sehingga anak lebih memilih memendam emosi agar terhindar dari konflik, hal

ini dapat berdampak terhadap keberanian anak dalam mengungkapkan perasaannya serta terciptanya depresi akibat dari emosinya terus terpendam (Sukma et al., 2022). Gangguan mental pada remaja juga dapat terjadi karena konflik antar orang tua dan anak di masa lalu seperti dikasari, dihukum, dikekang, dan didiamkan (Ulfah, 2021)

Diperkuat dengan penelitian Kholifah & Sodikin (2020) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh pola asuh permisif dan otoriter, dan lingkungan teman sebaya yang kurang baik akan berdampak pada kesehatan mental remaja. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Devita (2020) menyatakan adanya hubungan yang signifikan dengan masalah mental emosional remaja dengan pola asuh orang tua yang permisif. Apabila menurunnya pola asuh otoriter akan meningkatkan masalah mental emosional remaja, sedangkan jika menurunnya pola asuh demokratis akan meningkatkan masalah mental emosional remaja, dan semakin permisif pola asuh maka akan semakin tinggi masalah mental emosional remaja

Berdasarkan informasi dari guru bimbingan konseling di SMA N 1 Lubuk Basung mengatakan siswa di sekolah tersebut sering bolos dari kelas, melanggar peraturan dan tidak menaati aturan tata tertib dan peraturan yang ada. Hal ini juga disebabkan karena bagaimana orang tua dari siswa tersebut dalam membimbing mereka. Siswa yang sering dipanggil guru BK Pada tahun ini di SMAN 1 Lubuk Basung tidak ada siswa yg di keluarkan dari sekolah. Sedangkan pada SMAN 3 Lubuk Basung, guru BK mengatakan beberapa dari siswa tersebut ada yang memiliki sifat mudah emosian, tidak

santun kepada guru, dan terkadang terjadi perkelahian antar satu siswa dengan siswa lain. Menurut guru BK hal ini juga disebabkan bagaimana lingkungan keluarga siswa tersebut, tidak jarang dari mereka juga mengatakan ke guru BK bahwa mereka selalu dimarahi, dikekang dan dibiarkan oleh orang tua.

Berdasarkan informasi dari guru bimbingan konseling di SMA Negeri 2 Lubuk Basung terkait kesehatan mental siswa, terdapat paling sedikit 3 siswa per angkatan yang memiliki masalah mental disekolah. Masalah ini seperti anak terlalu pendiam saat di kelas, sering melanggar peraturan sekolah dan tidak mematuhi tata tertip, bolos kelas saat jam pelajaran, dan bertengkar dengan temannya karena tidak bisa mengontrol emosi. Guru BK mengatakan alasan terjadi masalah pada siswa ini karena beberapa dari keluarga yang orang tua tidak memberikan perhatian kepada anaknya dan lebih memilih pekerjaan, orang tua yang bercerai, ditinggal orang tua dengan keluarga laai, dan bagaimana cara memberikan asuhan kepada anak seperti dari orang tua dari siswa tersebut terlalu mengekang anak yang mana akibatnya anak menjadi lebih agresif disekolah. Pada tahun ini terdapat salah satu siswa yang dikeluarkan dari sekolah dikarenakan perilaku yang tidak baik, siswa tersebut sering bolos, dan juga sering bertentangan dengan guru yang mengajar. Hal ini dikarenakan siswa tersebut berasal dari keluarga yang abai kepadanya dan membuatnya merasa tidak ada yang memperhatikannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan mengenai kesehatan mental kepada 10 siswa diantaranya 7 orang perempuan dan 3 orang laki-laki. Saat melakukan wawancara, beberapa dari siswa tersebut mengatakan terkadang

merasa cemas tidak ada sebab, kurang bahagia walaupun mereka tinggal dengan keluarga, merasa kesepian karena orang tua terlalu melarang mereka untuk sekedar bermain bersama teman mereka, dan tidak diperhatikan oleh orang tua. Sedangkan untuk hasil studi pendahuluan mengenai pola asuh orang tua, 4 siswa mendapatkan pola asuh dari orang tua yang terlalu mengekang mereka untuk melakukan sesuatu dan melarang pergi dengan temannya, memarahi mereka karena berbuat salah tanpa bertanya apa penyebabnya. 2 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh dari orang tua yang membebaskan mereka berbuat ataupun melakukan sesuatu tanpa mpedulikan apakah yang mereka lakukan itu salah atau tidaknya. Sedangkan 4 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh dari orang tua yang membebaskan mereka berbuat sesuatu akan tetapi ketika mereka berbuat salah, orang tua nya akan menegur dengan memberi nasehat.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja di SMA Negeri 2 Lubuk Basung.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja SMA Negeri 2 Lubuk Basung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja SMA Negeri 2 Lubuk Basung.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk Mengetahui distribusi frekuensi kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Lubuk Basung
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pola asuh orang tua pada remaja di SMA Negeri 2 Lubuk Basung
- c. Untuk menganalisis hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja SMA Negeri 2 Lubuk Basung

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan ilmiah bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dan institusi pendidikan, serta bisa menjadi sebagai bahan diskusi dan masukan sebagai tambahan referensi konseptual materi perkuliahan, serta dapat dikembangkan dalam praktik penelitian lanjutan di lapangan.

2. Bagi Sekolah

Sebagai masukan bagi pihak sekolah dalam melakukan pembinaan kepada orang tua atau siswa guna mencegah terjadinya masalah pada kesehatan mental remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan masukan dan pendukung bagi peneliti lain yang memiliki permasalahan yang sama berkaitan dengan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja.

