

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan salah satu makhluk hidup yang di ciptakan Tuhan dalam bentuk sebaik-baiknya. Pada saat manusia memulai hidupnya dihitung mulai dari sejak lahir hingga memasuki tahapan usia dewasa akhir hingga lansia (lanjut usia). Pada saat itu manusia mengalami proses perkembangan. Salah satu tahapan perkembangan yang akan dilewati manusia adalah tahapan usia remaja.

Masa remaja adalah masa perubahan bagi anak-anak yang sudah mulai tumbuh dewasa, memiliki kematangan mental, emosional dan fisik. Remaja pada dasarnya lebih fokus pada perubahan bentuk dan ukuran tubuh dan pengaruhnya yang kuat dari teman sebayanya (Bulu, 2019). Hall (dalam Diananda, 2019) mengemukakan bahwa masa remaja merupakan masa-masa yang penuh dengan kekacauan dengan perasaan yang tidak terkendali dimana hati, pikiran dan perilaku menjuru pada kesombongan dan kerendahan hati, baik dan buruk, suka dan duka. Hurlock (2012) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yaitu setelah anak matang secara seksual dan berakhir setelah matang secara hukum. *World Health Organization* (WHO) mengemukakan bahwa remaja merupakan penduduk yang rentan dengan usia 10-19 tahun, selanjutnya Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja merupakan penduduk dengan usia 10-18 tahun (Diananda, 2019).

Remaja diberi batasan konteks spesifik oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Ada tiga kriteria yang diusulkan oleh WHO : Sosial ekonomi, psikologi dan biologi, antara lain : (1) seorang yang menjadi dewasa setelah menunjukkan sinyal-sinyal seksual sekunder (2) orang tersebut mengalami pertubuhan psikis sampai mencapai kematangan seksual dan kecenderungan anak menjadi dewasa (3) munculnya keadaan ketergantungan sosial perekonomian yang lengkap menuju negara yang lebih otonom (Saputro, 2018). Ketika seseorang mencapai usia remaja, terjadi perubahan fisik maupun mental. Kesehatan mental pada remaja sangat berpengaruh terhadap masa depan dirinya sendiri, berakibat dengan keluarga dan lingkungannya. Perubahan perilaku yang terjadi pada remaja berjuang untuk melawan setiap otoritas yang membatasi kebebasan mereka (Karlina, 2020).

Kesehatan mental sangat berdampak pada kedisiplinan dan motivasi remaja, maka kesehatan mental mejadi hal yang sangat penting untuk di perhatikan (Aisyaroh, 2022). Dias (2006), faktor-faktor seperti lingkungan, lingkungan sosial dan keluarga mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental seseorang. Sesuatu yang dapat dilakukan dengan cara tertentu yang tidak biasa dan seringkali mengandung unsur-unsur yang tidak biasa. Sementara itu menurut Pepper dan Odin (2006) kesehatan mental merupakan keadaan dimana individu tidak merasa bersalah dan memiliki harga diri. Individu yang realistis dapat menerima kesalahannya atau kelemahannya dan mampu menyelesaikan suatu permasalahan dalam hidupnya dan merasa puas dalam kehidupan sosialnya (Prasetyo & Kunci, 2021).

*World Health Organization* (2015) menyimpulkan bahwa kesehatan mental suatu keadaan yang nyaman dimana seseorang menyadari kemampuannya, dapat melakukan pekerjaan secara efisien, memberi manfaat dan dapat berkontribusi dimasyarakat sekitarnya (Nugroho, 2019). *World Health Organization* (WHO, 2016) mengatakan bahwa kesehatan mental merupakan keadaan sejahtera dimana seseorang sadar akan keterampilannya, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat melakukan aktifitas secara produktif dan dapat memberikan kontribusi bagi komunitas dan masyarakat umum (Hardianti, 2021).

Kesehatan mental sangat berpengaruh pada semua aspek perkembangan individu, baik raga maupun jiwa. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, hubungan dengan orang lain dan pengambilan keputusan. Dardjat (1988) menyatakan bahwa kesehatan mental merupakan keharmonisan dalam kehidupan yang terwujud dalam fungsi-fungsi jiwa, kemampuan menghadapi masalah, mampu merasakan kebahagiaan, dan kemampuan dirinya secara positif. Jalaluddin (2015) mengatakan bahwa seseorang yang sehat mentalnya adalah orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman dan tenteram. Pengertian lainnya tentang kesehatan mental keserasian yang terciptanya penyesuaian diri antara sesama dan dirinya sendiri, lingkungannya, keimanannya, dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa yang bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna, yang bahagia dunia dan akhirat (Fakhriyani, 2022).

Faktanya, setiap orang pasti pernah mengalami masalah kesehatan mental. Apabila individu dihadapkan pada suatu permasalahan dan tidak bisa

menyikapinya dengan baik hal tersebut akan berdampak buruk bagi kelangsungan hidupnya. Menurut data *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survy* (2022) sebanyak 15.5 juta (34,9%) remaja yang mengalami masalah mental dan 2,45 juta (5,5%) remaja yang mengalami gangguan mental. Dari semua itu 2,6 % remaja yang mengakses layanan konseling, baik emosi maupun perilaku (Ahmad, 2023). Hasil survey yang dilakukan oleh *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survy* (I-NAMHS) yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja 10-17 tahun di Indonesia, menyatakan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental sementara satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir (Gloriabarus, 2022).

Tentu saja angka ini tidak hanya mewakili badan pusat statistik tetapi orang-orang yang menderita gangguan kesehatan mental. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sahad (2017) menunjukkan bahwa anak yatim-piatu memiliki tingkat masalah kesehatan jiwa yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang bukan yatim-piatu, anak yatim-piatu rentan dengan depresi, kecemasan dan stress. Remaja panti asuhan mempunyai beberapa permasalahan didalam proses tumbuh kembangnya, antara lain cenderung lebih gampang mengalami depresi dan stres, serta sering merasa tertekan dan mengalami masalah-masalah. Remaja yang hidup di panti asuhan dituntut untuk dapat berjuang sendiri ketika menghadapi luapan emosi, masalah-masalah yang timbul tanpa didampingi oleh keluarga terlebih lagi sosok orangtua yang seharusnya bisa dijadikan model dan sumber kasih sayang (Isnaini & Muhid, 2022).

Panti Asuhan merupakan lembaga kesejahteraan sosial anak yang didirikan oleh lembaga pemerintah maupun swasta untuk menampung anak terlantar dan yatim-piatu dengan memberikan pelayanan pengganti orangtua atau keluarga untuk anak yang bertanggungjawab memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh serta memberikan kesempatan yang luas untuk pengembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian bagi generasi penerus bangsa dan berkembang secara wajar.

Salah satu panti asuhan anak yang akan diteliti dalam penelitian ini yaitu Panti Asuhan Anak Seribu Pulau. Panti asuhan ini menampung anak dan remaja yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia karena berbagai alasan yang berbeda, yakni dari keluarga kurang mampu dalam hal ekonomi, putus sekolah, korban penceraian, dan anak yatim-piatu yang rentang dengan usia 3 sampai 18 tahun. Panti Asuhan Anak Seribu Pulau mendapatkan pelayanan kasih dalam keberagaman untuk mendidik anak yang berimanan, cakap, bermental mandiri dan siap menjadi saksi. Beberapa anak asuh yang tinggal di panti asuhan memiliki emosional yang cukup tinggi, cemas yang berlebihan dan kurangnya adaptasi diri. Menurut Willis (2005) adaptasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk berinteraksi secara alami dilingkungannya sampai titik dimana individu merasa puas dengan dirinya dan lingkungannya. Menurut Santrock (2012) masa remaja sering merasa banyak yang bergejolak dan peka terhadap rangsangan rangsangan negatif. Hal ini membuat remaja yatim-piatu seringkali merasa tidak nyaman di panti asuhan. Ini terlihat pada cara remaja berkomunikasi, berperilaku dan berinteraksi dengan warga di sekitarnya. Dalam hal ini remaja sangat

membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya. Dukungan sosial di panti asuhan sangat diperlukan untuk kesehatan mental yang didapatkan dari orang-orang terdekat seperti keluarga, pengasuh, teman, dan saudara untuk kesejahteraan mental remaja.

Smet (1994) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan perasaan sosial yang dibutuhkan secara terus menerus dalam interaksi dengan orang lain. Sarafino (dalam Wahyuni, 2016). Mengatakan bahwa dukungan sosial sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima individu dari orang lain dan kelompok. Gotlieb (dalam Amseke, 2018) mengemukakan bahwa dukungan sosial bisa didapatkan dari orang-orang terdekat yang dekat dengan subyek. Taylor (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan informasi dari orang yang dicintai dan dipedulikan, dihormati, dihargai dan bagian dari hubungan kewajiban bersama.

Dampak negatif dari kurangnya dukungan sosial dari panti asuhan terhadap remaja usia 14 hingga 17 tahun antara lain, pengasuh kesulitan dalam mengendalikan diri dan mengawasi remaja di panti asuhan hingga pemberontakan remaja akibat ketidakmampuan menerima kenyataan yang kurang mendukung dalam menjalani proses. Faktor-faktor tersebut antara lain motivasi remaja, persepsi diri, sikap kecerdasan, minat dan kepribadian yang merupakan faktor internal sedangkan keluarga, sekolah, teman sebaya, prasangka sosial, hukum dan normal sosial merupakan faktor eksternal dalam bentuk dukungan sosial. Hal ini ditunjukkan dari hasil wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 4 Oktober

2023 yang merupakan salah satu remaja Panti Asuhan Anak Seribu Pulau, menyatakan bahwa :

*“ Berada di panti Asuhan bukan hal yang mudah banyak yang harus dihadapi dan dilalui bersama teman-teman yang ada di Panti Asuhan. Tantangan terbesar berada di panti asuhan menurunnya kepercayaan diri, berada jauh dari orangtua, keluarga, susah beradaptasi, peraturan di panti asuhan yang sering membuat diri sendiri Putus asa, cemas bahkan frustrasi di panti. Keberadaannya di panti asuhan juga sangat meringankan beban orangtua, sesungguhnya besar keinginannya tinggal bersama keluarga. Keadaan tersebut terkadang membuatnya merasa sendiri, egois, tidak peduli, dan memiliki tingkat emosional yang tinggi dengan adanya dukungan dan motivasi dari teman dan staff panti individu berusaha untuk berusaha menjadi lebih baik”.*

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh, peneliti menyimpulkan bahwa kurangnya dukungan sosial akan membuat remaja mengalami stres dan memperparah kondisi individu. Dukungan sosial sangat di perlukan oleh remaja di panti asuhan karena untuk memupuk kepercayaan dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Isnaini & Muhiid, (2022) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri anak panti asuhan, dengan adanya hal ini akan mendorong perilaku positif pada setiap perkembangan anak. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Raufida (2021) menyatakan terdapat korelatif positif signifikan pada dukungan sosial dengan masalah kesehatan jiwa. Dukungan sosial akan sangat lebih berharga ketika individu mengalami keterpurukan dan mengalami mental issues. Sebab selain diri

sendiri, orang lainlah yang akan membantu mencari solusi dari masalah yang dihadapi, agar individu merasa menerima kasih sayang dan cinta yang diberikan oleh seseorang.

Sarafino dan Smith (dalam Khasanah, 2018) mengemukakan bahwa dukungan sosial pada umumnya berupa gambaran mengenai peran atau pengaruh yang timbul oleh orang lain yang berarti atau orang terdekat seperti keluarga, teman, saudara, maupun masyarakat. Dukungan sosial sering kita lihat dalam bentuk gambaran yang memberikan peran atau pengaruh kepada orang-orang terdekat (Santoso, 2020). Sulfemi & Yasita, (2020) Mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain, masyarakat yang menghargai, mencintai, menghormati, terlibat dan peduli terhadap komunikasi yang baik.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA DI PANTI ASUHAN ANAK SERIBU PULAU”**.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan di atas, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana dukungan sosial terhadap kesehatan mental remaja di Panti Asuhan Anak Seribu Pulau.

### 1.3 Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan mendapatkan ide-ide mengenai berbagai bentuk dukungan sosial yang tepat dan bermanfaat terhadap kesehatan mental.

#### 2. Manfaat bagi Universitas

Penelitian ini dapat menjadi dokumentasi hasil penelitian akan menjadi sumber informasi dan referensi bagi civitas academica mengenai pentingnya masyarakat memberikan dukungan sosial terhadap para remaja, khususnya di panti asuhan.

#### 3. Manfaat bagi Panti Asuhan

Penelitian ini dapat membantu pengurus panti untuk mendapatkan ide-ide, membuat program kegiatan dan melakukan hal-hal yang perlu bagi kesehatan mental anak-anak remaja di panti asuhan.

#### 4. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat Menyadarkan masyarakat akan pentingnya dukungan sosial terhadap kesehatan mental remaja.

#### 1.4 Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah asli. Sebelumnya banyak peneliti yang telah melakukan penelitian terkait dengan topik tersebut. Berikut adalah referensi sumber data dari peneliti terdahulu, adalah sebagai berikut :

**Tabel 1.1**  
**Keaslian Penelitian**

No	Nama Peneliti, Tahun/ Tema Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	(Isnaini & Muhid, 2022) Peran Dukungan Sosial dalam Meningkatkan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan	studi pustaka/literature	Peran dukungan sosial dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri anak pada panti asuhan, dengan adanya hal ini akan mendorong perilaku positif bagi setiap perkembangan anak.
2	(Aisyaroh et al., 2022b) Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review	studi pustaka/literature	Hasil penelitian yang didapatkan bahwa terdapat 3 faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental a) Gaya hidup anak, 2) Jaringan sosial, 3) Sosial Ekonomi, Budaya dan kondisi lingkungan.
3	(Raufida et al., 2021) Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja	kuantitatif	Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan pada dukungan sosial dengan masalah kesehatan jiwa remaja.
4	(Salsabhilla & Panjaitan, 2019) <i>Social Support and Its Relationship With the Suicide</i>	Korelatif	Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan pada kekuatan sedang dengan dukungan sosial agar dapat mencegah bunuh diri pada remaja.

5	<i>Ideas Among Migrant Students</i> (Harandi, Taghinasab & Nayeri, 2017) <i>The correlation of social support with mental health: A meta-analysis</i>	Meta Analisis	Hasil penelitian menyatakan bahwa efek dukungan sosial sangat relatif tinggi terhadap kesehatan mental seseorang.
---	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---

Perbedaan penelitian yang sudah ada dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis, diantaranya : penggunaan metode berbeda. (1) Penelitian sebelumnya menggunakan metode korelatif dan kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif. (2) tempat dan waktu yang berbeda sehingga hasil yang diperoleh pun akan berbeda dari peneliti sebelumnya (3) informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja panti asuhan anak seribu pulau. Persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah dengan menggunakan variabel dukungan sosial.