

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, pada di tahap ini terkadang remaja dituntut untuk lebih matang dan dewasa dari masa sebelumnya yakni masa kanak-kanak namun di satu sisi mereka juga belum dianggap sepenuhnya dapat bertanggung jawab, Banyaknya persoalan dan tekanan di masa remaja membuat remaja mengalami banyak permasalahan pada kesehatan mereka terutama kesehatan mental.

Menurut (WHO 2021), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut PERMENKES RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Masa remaja dapat dikatakan suatu masa yang berbahaya karena pada masa ini remaja masih memiliki ego yang tinggi ,belum adanya pegangan dan kepribadiannya masih labil dan sedang berproses mengalami pembentukan.

Survey yang dilakukan oleh *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMS)* Pada tahun 2021 menemukan bahwa sekitar 34,9% atau setara 15,5 juta remaja di Indonesia mempunyai masalah satu kesehatan mental pada dirinya dalam 12 bulan terakhir, 5,5% atau sekitar 2,45 juta remaja di Indonesia mempunyai satu masalah gangguan mental pada dirinya dalam 12 bulan terakhir gangguan kesehatan mental yang paling banyak dialami oleh remaja adalah gangguan kecemasan. Sebanyak

2,6% remaja yang mengalami permasalahan kesehatan mental pernah mendapat akses layanan psikolog/Psikiater/konseling edukasi.

Menurut Riskesdas data pada tahun 2018, sebanyak 6,7 ‰ anggota keluarga di Indonesia menderita gangguan psikosis, tetapi hanya 85% dari mereka yang pergi ke rumah sakit/konseling untuk mendapatkan perawatan. Salah satu faktor yang mempengaruhi keterbatasan cakupan ini adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang literasi kesehatan mental.

Persentase depresi sebesar 6,2% sebagian besar terjadi pada usia remaja dan usia dewasa awal berusia 15 hingga 24 tahun. Individu yang mengalami depresi berat cenderung mengalami kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri (*self harm*) hingga ada keinginan untuk bunuh diri. Kecemasan dan depresi bertanggung jawab atas 80–90% kasus bunuh diri. Di Indonesia, ada 10.000 kasus bunuh diri setiap jam. Ahli siciodologi mengatakan bahwa 4.2 persen siswa di Indonesia pernah berpikir untuk bunuh diri. Sebesar 6,9% mahasiswa berniat bunuh diri, dan 3% lainnya pernah melakukannya. Beberapa faktor dapat menyebabkan remaja depresi, seperti tekanan akademik, perundungan, masalah keluarga, dan masalah ekonomi (Nurhaeni A,2022).

Literasi kesehatan mental yang rendah dapat memiliki dampak yang tidak baik bagi diri sendiri ataupun orang lain, individu akan menjadi tidak siap untuk mengambil keputusan yang harus ia lakukan saat merasakan gejala – gejala menandakan gangguan pada kesehatan psikologis, individu

juga akan enggan mencari pertolongan terkait gangguan psikologis karena menganggap dirinya baik baik saja. (Soebiantoro,dalam Anggraeni,2023).

Berdasarkan hal tersebut para remaja perlu dilakukan pemberian edukasi kesehatan mental. Contohnya adalah intervensi melalui psikoedukasi untuk remaja dengan tujuan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai masalah kesehatan mental yang mereka alami.

Psikoedukasi adalah jenis pendidikan yang diberikan kepada masyarakat atau kelompok dengan tujuan memberikan informasi tentang masalah kesehatan mental atau psikologis untuk meningkatkan pemahaman (Anggraeni et al., 2023). Psikoedukasi tidak hanya banyak digunakan untuk seseorang yang mengalami masalah gangguan psikologis saja, tetapi Psikoedukasi dapat digunakan untuk mengedukasi mengenai berbagai masalah gangguan mental (Natasubagyo & Kusrohmaniah, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh (Jafar, E.S., & NR,R.W., 2023) melakukan psikoedukasi pada 112 remaja usia 15-19 tahun dari berbagai wilayah di indonesia secara Online melalui media poster online, didapatkan perbedaan nilai yang signifikan anantara nilai pre test & post test yang dilakukan dengan SPSS ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat psikoedukasi dapat meningkatkan pengetahuan partisipan dalam kesehatan mental.

Penelitian yang dilakukan (Anggraeni & Marita 2023) melakukan psikoedukasi kesehatan mental bagi remaja melalui media sosial kegiatan penelitian tersebut diikuti oleh 14 remaja dengan rentang usia 15-20 tahun

hasilnya menunjukkan bahwa psikoedukasi memberikan dampak positif untuk meningkatkan pemahaman serta wawasan peserta mengenai kesehatan mental, peserta juga dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan beberapa penjabaran di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penerapan psikoedukasi pada remaja khususnya remaja di SMAN 8 kota Bogor sebagai salah satu Implementasi untuk memberikan peningkatan pemahaman remaja mengenai pentingnya kesehatan mental di usia remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “*Bagaimana kesehatan mental remaja di SMAN 8 kota Bogor setelah dilakukan psikoedukasi*”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui kesehatan mental pada remaja di SMAN 8 kota Bogor setelah dilakukan psikoedukasi.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya Karakteristik remaja di SMAN 8 Kota Bogor.
- b. Diketuainya kesehatan mental remaja di SMAN 8 Kota Bogor
- c. Diketuainya kesehatan mental remaja di SMAN 8 Kota Bogor sebelum dan setelah penerapan psikoedukasi.

- d. Diketuainya Penerapan psikoedukasi terhadap kesehatan mental pada remaja di SMAN 8 Kota Bogor.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi pendidikan

Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat sebagai bahan masukan acuan, bacaan dalam penelitian selanjutnya dan atau pengembangan keperawatan jiwa.

2. Tempat penelitian

Diharapkan pihak sekolah terkait menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk pengembangan program pendidikan di institusi sekolah.

3. Profesi keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat terhadap model pendekatan keperawatan khususnya pada keperawatan jiwa.