

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan jiwa merupakan kondisi jiwa yang sejahtera dengan kehidupan yang produktif dan harmonis. Ciri-ciri kesehatan jiwa yaitu sadar dengan kemampuan, mampu beradaptasi dan mengatasi masalah sebagaimana biasa, mampu melakukan aktivitas, menerima diri sendiri dan membina hubungan baik dengan baik dengan orang lain (Nasriati, 2013). Kesehatan jiwa adalah kesejahteraan yang dirasakan oleh seseorang karena dapat menghadapi tekanan hidup dengan baik dan dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki hingga bekerja secara produktif (*World Health Organization, 2018*).

Jumlah penduduk di dunia yang mengalami masalah kesehatan jiwa sudah banyak, baik itu dari usia anak-anak, remaja, dewasa, orang tua, dan lansia. Menurut data *WHO* diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia adalah sekitar 450 juta jiwa termasuk skizofrenia. Penderita depresi di dunia sekitar 322 juta jiwa dan setengah dari jumlah ini tinggal di wilayah Asia Tenggara serta wilayah Pasifik Barat dengan negara yang terbesar jumlah penderitanya yaitu India dan Cina, sedangkan penderita gangguan kecemasan di dunia sekitar 264 juta jiwa (*WHO, 2017*).

Riset Kesehatan Dasar (*Riskesdas, 2018*) di Indonesia menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Menurut perhitungan beban penyakit pada tahun 2017, beberapa jenis gangguan jiwa yang diprediksi dialami oleh penduduk di Indonesia di antaranya adalah gangguan depresi, cemas, skizofrenia, bipolar, gangguan perilaku, autisme, gangguan perilaku makan, cacat intelektual, *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)* (*Pusdatin Kemenkes,*

2019). Prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia 15 tahun ke atas yaitu 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia, prevalensi gangguan kesehatan jiwa pada penduduk semua umur menurut kabupaten/kota di Provinsi Sumatera Utara diperoleh data penderita gangguan kesehatan jiwa (laki-laki sebanyak 513 jiwa) dan (Perempuan sebanyak 137 jiwa) dan di Kota Gunungsitoli sendiri sudah ada 650 kasus (Risksedas, 2018).

Remaja adalah individu yang unik dengan segala proses perkembangan yang harus dilaluinya baik secara fisik dan psikologis atau kesehatan jiwanya. Masa remaja merupakan masa transisi dan merupakan masa yang sulit bagi remaja sehingga kemungkinan akan menjadi perubahan perilaku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat. Masalah kesehatan jiwa pada remaja terjadi di saat remaja yang tidak mampu untuk beradaptasi dengan perubahan dalam proses pertumbuhan yang sedang dialaminya. Kesehatan jiwa remaja meliputi hal-hal remaja yang menerima diri sendiri, orang lain dan remaja yang mampu mengatasi persoalan hidupnya dengan beradaptasi (Nasriati, 2013).

Remaja beresiko untuk mengalami masalah gangguan jiwa seperti masalah emosional dan perilaku tidak dapat diatasi dengan baik (Devita, 2019). Pada usia 14 tahun kondisi kesehatan mental telah dimulai, akan tetapi banyak kasus yang tidak terdeteksi karena pengetahuan dan kesadaran yang masih kurang dari petugas kesehatan sendiri, stigma yang masih tinggi yang menyebabkan seseorang takut untuk mencari bantuan sehingga dapat menimbulkan sikap yang dapat membawa dampak negatif pada kesehatan mental dan emosi seseorang (Malfasari *et al.*, 2020).

Kesehatan mental yang baik pada remaja dapat dilihat dari kemampuan dalam menerima dirinya, memelihara rasa aman dan nyaman dengan orang lain, mampu mengelola stres yang dihadapi,

mampu melakukan aktivitas dengan baik dan menyadari kemampuan yang dimiliki (Direja, 2011).

Remaja rentan akan mengalami proses perubahan perkembangannya, sehingga remaja diharapkan mampu beradaptasi dengan dirinya untuk menghindari gangguan perubahan psikologis seperti kesehatan jiwa. Remaja sering mengalami perasaan khawatir akan kesiapan dan merasa tidak aman. Masa remaja sering terjadi konflik dengan teman sebaya dan orang tua, yang dapat menimbulkan stres sehingga memicu permasalahan pada psikologis maupun sosial, kecemasan, gangguan *mood* dan depresi yang berisiko dengan bunuh diri merupakan gangguan kesehatan mental yang sering terjadi pada remaja (WHO, 2018).

Mahasiswa umumnya berusia 18 hingga 25 tahun berada pada fase remaja akhir menuju dewasa muda yang memiliki tanggung jawab yang besar terhadap kehidupannya (Hulukati & Djibran, 2018). Peran yang banyak dimiliki mahasiswa yang sering menimbulkan konflik dalam dirinya karena bingung dalam menentukan prioritas kepentingan sehingga akan berdampak pada kesehatan jiwanya (Dewantara & Vebrianto, 2020).

Mahasiswa yang memiliki pengetahuan tentang kesehatan jiwa yang baik dapat menunjukkan sikap yang baik dan tanggung jawab terhadap diri sendiri atau orang lain seperti melakukan pencegahan, pengobatan ke tenaga profesional dan bersikap simpatik terhadap orang lain yang mengalami masalah kesehatan jiwa (Utami *et al.*, 2020).

Pengetahuan remaja yang kurang tentang kesehatan jiwa dapat mempengaruhi sikap negatif remaja terhadap gangguan kesehatan mental (Sain, 2020). Pengetahuan tentang kesehatan mental remaja dapat dipengaruhi oleh informasi yang diterima remaja dari keluarga, lingkungan masyarakat maupun media massa seperti radio, televisi, internet, koran dan majalah (Kurniaseputra, 2015).

Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang menarik dan kesehatan fisik yang baik terutama pada panca indra. Tingkat kematangan usia seseorang berhubungan dengan daya tangkap dan ingat terhadap suatu informasi yang diterima baik dari media, materi atau buku (Notoatmodjo, 2012). Maka dari itu pengetahuan tentang kesehatan jiwa pada remaja sangatlah penting, dan sehingga diharapkan remaja bisa meningkatkan kemampuan untuk menolong dirinya dalam bidang kesehatan jiwa, meningkatkan kesiapsiagaan remaja tentang bahaya kesehatan jiwa, dan meningkatkan dukungan dan peran aktif *stakeholders* serta meningkatkan remaja melaksanakan perilaku sehat jiwa (Livana, 2018).

Mahasiswa yang rentan terhadap masalah kesehatan jiwa memiliki sumber stresor yang dapat memicu timbulnya kecemasan dan depresi. Masalah kecemasan yang terjadi pada mahasiswa dapat disebabkan oleh beban tugas yang terus bertambah dan ketertinggalan dalam mata kuliah (Hidayati & Nurwanah, 2019). Hal ini dapat menyebabkan mahasiswa mengalami penurunan pada prestasi akademik, konsentrasi belajar dan daya ingatnya (Ramadhan *et al.*, 2019).

Mahasiswa yang memiliki pengetahuan tentang kesehatan jiwa yang baik dapat menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap diri sendiri atau orang lain seperti melakukan pencegahan, pengobatan ke tenaga profesional dan bersikap simpatik terhadap orang yang mengalami masalah kesehatan jiwa (Utami *et al.*, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Sekolah Tinggi Teologi (STT) BNKP Sundermann, didapatkan data jumlah generasi remaja (mahasiswa) sebanyak 337 orang. Hasil survei yang peneliti telah lakukan pada 50 orang remaja diperoleh informasi bahwa 33 orang diantaranya menyatakan tidak mengetahui tentang kesehatan jiwa, sedangkan 10 orang lainnya menyatakan kesehatan

jiwa adalah ketika seseorang tidak mengalami gangguan jiwa dan tidak sedang berada di rumah sakit jiwa, sementara 7 orang lainnya menyatakan mengetahui tentang kesehatan jiwa yaitu keadaan yang sehat secara jiwa dan tidak mengalami stres maupun gangguan kecemasan. Hasil survei di atas membuat peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Jiwa di STT BNKP Sundermann”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Gambaran Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Jiwa di STT BNKP Sundermann Tahun 2024 ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengetahuan remaja tentang kesehatan jiwa di STT BNKP Sundermann tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah :

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman bagi peneliti yang dapat membantu meningkatkan wawasan dalam melakukan penelitian kesehatan khususnya kesehatan jiwa.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Sebagai bahan referensi dan sumber literatur tentang ilmu keperawatan jiwa di lingkungan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan.

3. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan masukan dan informasi dalam pelayanan bimbingan konseling yang ada dalam institusi pendidikan untuk memberikan pelayanan pendidikan kesehatan jiwa terhadap mahasiswa.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya terhadap kesehatan jiwa khususnya pada remaja.