

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penerapan pembatasan sosial akibat dari pandemi COVID-19 adalah suatu langkah guna mencegah penyebaran COVID-19 (Thorik, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Marroquín, Vine & Morgan (2020) menyebutkan bahwa dengan adanya himbauan untuk tetap di rumah dan menjaga jarak dengan orang lain berbanding lurus dengan munculnya gejala gangguan kesehatan mental seperti ansietas, depresi, insomnia, serta kejadian stres. Data yang didapatkan peneliti dari 10 siswa SMPN 58 Surabaya selama masa pandemi COVID-19 ini mengalami ketidakstabilan emosi, gangguan tidur, serta terkadang mereka merasakan stres akibat pembelajaran daring. Mereka juga mengatakan bahwa dengan kurangnya dukungan keluarga dan kesempatan untuk bersosialisasi dengan lingkungan luar menimbulkan perasaan kesepian dan juga menurunnya semangat dan motivasi untuk belajar.

World Health Organization (WHO) pada tahun 2021 melaporkan bahwa secara global, 1 dari 7 anak usia 10-19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental yang mana menyumbang 13% dari penyakit global pada usia remaja (WHO, 2021). *United Nations International Children's Emergency* (UNICEF) melalui survei pada 9 negara menyebutkan bahwa 27% remaja mengalami kecemasan dan 15% nya mengalami depresi (UNICEF, 2020). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kemenkes RI (2019) menyebutkan bahwa gangguan mental remaja dimulai dalam usia 15 tahun dimana menunjukkan presentase sebesar 6,2%. Berdasarkan hasil swaperiksa Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa

Indonesia (PDSKJI) (2020) menyebutkan bahwa dari selama 5 bulan pandemi COVID-19 di Indonesia, 64,8% dari 4010 responden swaperiksa mengalami masalah psikologis yang mana ditemukan pada kelompok usia 17-29 tahun dan > 60 tahun. PDSKJI juga menyebutkan persentase masalah psikologis adalah 68% mengalami kecemasan, 67% mengalami depresi, serta 77% mengalami trauma. Data PDSKJI juga menyebutkan bahwa Jawa Timur berada di peringkat 4 dengan persentase 12,8% (PDSKJI, 2020). Profil kesehatan provinsi Jawa Timur menyebutkan bahwa perkiraan prevalensi Gangguan Mental Emosional (GME) masyarakat Jawa Timur usia > 15 tahun adalah 6,8% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2020). Riskesdas juga menyebutkan bahwa dari 10,87 juta anak usia 0-18 tahun, 16,000 nya mengalami depresi selama masa pandemi (Kemenkes RI, 2020). Data Dinas Kesehatan Kota Surabaya berdasarkan riskesdas tahun 2007 menyebutkan bahwa gangguan mental emosional yang tercatat yaitu sekitar 18,8% untuk kota Surabaya (Dinas Kesehatan Kota Surabaya, 2013). Mubasyiroh (2017) yang dikutip Arnani (2020) menyatakan bahwa penelitian yang ia lakukan pada pelajar SMP-SMA di Surabaya memberikan data bahwa pelajar yang mengalami gangguan mental emosional sebanyak 60,17% dengan gejala kesepian sebesar 44,54%, cemas 40,75%, serta perasaan ingin bunuh diri 7,33%.

Semakin menyebarnya virus dari COVID-19 ini menyebabkan pemerintah harus mengambil tindakan demi mencegah penyebarannya. Penerapan pembatasan sosial, penutupan sekolah dan instansi lainnya, serta anjuran untuk tetap di rumah, memakai masker, dan taat pada protokol kesehatan (Thorik, 2020). Penutupan sekolah menyebabkan berkurangnya sosialisasi remaja dengan teman sebayanya, faktor inilah yang berdampak pada tingkat stres serta gangguan lain terkait

kesehatan mental remaja (Magson *et al.*, 2021). Kelompok remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami gangguan mental dikarenakan sedang mengalami transisi dari fase anak menuju fase dewasa (Estikasari, 2021). Masa transisi sendiri merupakan masa dimana remaja mencari jati diri serta identitas dirinya dimana remaja mulai mengeksplorasi lingkungan sekitar, menemui berbagai masalah baru, menemui orang baru, dan terkadang dari hal-hal baru dapat memicu kejadian depresi akibat dari ketidakmampuan mengalami problematika tersebut yang mana dapat berdampak pada kesehatan mental remaja (Safitri, 2021).

Berdasarkan Santrock (2012) yang dikutip dalam Fitri (2019) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang menjadi penyebab masalah kesehatan mental remaja antara lain lingkungan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, serta lingkungan masyarakat. Situasi pandemi ini juga memberikan efek terhadap keseharian remaja seperti menurut data survei UNICEF yang menunjukkan bahwa 46% remaja dilaporkan kurang bersemangat untuk melakukan aktivitas harian seperti biasanya, sedangkan 36% merasa tidak memiliki semangat untuk melakukan aktivitas rutin (UNICEF, 2020). Hasil penelitian Udam menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara motivasi untuk berprestasi dan kesehatan mental (Udam, Ranimpi dan Angkit Kinasih, 2019). Keinginan untuk berprestasi dalam kehidupan merupakan sebuah daya mental manusia untuk melakukan suatu kegiatan dengan lebih baik, cepat, efektif serta efisien daripada yang dilakukan sebelumnya (Rustahak, 2014). Data penelitian Winkel (2009) yang dikutip dalam Udam, *et al.* (2019) orang yang sehat secara mental maka ia akan menguasai diri dalam segala hal, sehingga dapat terhindar dari berbagai tekanan dan memicu motivasi untuk berprestasi menjadi lebih besar. Metode pendidikan yang dipaksa

harus diubah selama masa pandemi ini menyebabkan timbulnya pergeseran pada kualitas pendidikan, yang mana pada salah satu penelitian menyebutkan bahwa selama pembelajaran *daring* terjadi penurunan motivasi belajar dan hasil belajar siswa (Syafari dan Montessori, 2021). Pembelajaran pada masa pandemic secara *daring* juga sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa, baik dalam segi kognitif, afektif, dan juga psikomotorik (Syafa'ati, *et al.*, 2021).

Keluarga merupakan elemen penting dalam upaya pencegahan gangguan kesehatan mental pada remaja. Berdasarkan hasil penelitian dari Pan menyatakan bahwa keluarga adalah faktor yang sangat berkaitan dengan kesehatan mental seseorang terutama di masa pandemi COVID-19 yang mana mempunyai peran untuk membantu melepaskan ansietas dan kegelisahan remaja yang tinggal dan belajar di rumah, hal tersebut dapat menjaga kesehatan mental remaja (Pan *et al.*, 2021). Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitria yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga pada seorang individu dapat membantu mengurangi dan mengatasi tekanan psikologis yang dialami dalam masa yang dinilai sulit (Fitria dan Maulidia, 2018). Penelitian tentang dukungan keluarga juga disampaikan oleh Rahmayanti menyebutkan dimana remaja yang mendapatkan dukungan keluarga yang positif akan mempunyai kekuatan untuk menghadapi masa-masa sulit dimasa remaja (Rahmayanti dan Rahmawati, 2018).

Penelitian yang berkaitan dengan kesehatan mental pada remaja menggunakan pendekatan teori Sister Calista Roy (1969). Teori ini memberikan suatu gambaran bahwa manusia adalah suatu sistem yang hidup yang mana terbuka terhadap semua perubahan yang terdapat dilingkungan yang mana dapat membuat manusia menyesuaikan diri atau beradaptasi. Teori ini juga menjelaskan bagaimana

suatu input atau stimulus dapat menimbulkan efek terhadap proses kontrol (mekanisme coping dan subsistem regulator dan kognator), dan efektor (fungsi fisiologis, konsep diri, fungsi peran, dan ketergantungan). Proses-proses tersebut dapat berdampak pada output yaitu respon dari individu terhadap stimulus dan juga proses. Teori ini dirasa lebih cocok dari pada teori lain dikarenakan teori SC Roy ini menjelaskan hal apa yang dapat mempengaruhi adaptasi manusia, proses dari adaptasinya, serta dampak apa yang dapat diberikan. Berdasarkan fenomena masalah diatas, penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan antara dukungan keluarga dengan kesehatan mental dan prestasi akademik pada remaja selama masa pandemi COVID-19.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan dukungan keluarga dan kesehatan mental serta prestasi akademik pada remaja selama mengikuti pembelajaran di masa pandemi COVID-19?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kesehatan mental dan prestasi akademik pada remaja selama mengikuti pembelajaran di masa pandemi COVID-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

1. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kesehatan mental pada remaja selama masa pandemi COVID-19

2. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan prestasi akademik pada remaja selama masa pandemi COVID-19

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu keperawatan jiwa tentang hubungan dukungan keluarga dengan kesehatan mental dan prestasi akademik pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Perawat

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan acuan dalam perawatan kesehatan mental pada remaja dan dapat dijadikan edukasi untuk orang tua dan remaja.

2. Bagi Sekolah

Diharapkan hasil penelitian dapat digunakan sebagai tolak ukur kesehatan mental dan prestasi akademik siswa selama pelaksanaan pembelajaran secara online.

3. Bagi Masyarakat

Dengan penelitian ini diharapkan remaja dan keluarga dapat lebih memperhatikan kesehatan mental anggota keluarga terutama pada anggota keluarga yang berusia remaja.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan dan pengetahuan tentang hubungan dukungan keluarga dengan kesehatan mental dan prestasi akademik pada remaja.