

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental merujuk pada keadaan kesejahteraan di mana individu mampu mengatasi tekanan rutin dalam kehidupan, berfungsi secara produktif, dan memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi masyarakat mereka. Konsep ini tidak hanya berkaitan dengan ketiadaan gangguan mental, tetapi juga mencakup kemampuan individu untuk mengelola emosi, berinteraksi secara sosial, dan beradaptasi dengan perubahan.¹

Masa remaja adalah periode penting dalam perkembangan individu. Ini adalah masa ketika seseorang mencapai kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik, dan merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Masa ini ditandai dengan perbedaan karakteristik antar individu, serta perubahan baik secara fisik maupun psikis, yang membawa berbagai persoalan dan tantangan dalam kehidupan sosial.²

Penting untuk dipahami bahwa pengalaman remaja saat ini sering kali dibentuk oleh tantangan khusus yang berdampak pada kesejahteraan mereka. Masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan semakin umum terjadi di kalangan anak muda.³ Menurut survei kesehatan mental remaja nasional (I-NAMHS), sebanyak

34,9% atau 15,5 juta remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Selain itu, 5,5% atau sekitar 2 juta remaja mengalami gangguan kejiwaan. Meskipun demikian, hanya sekitar 2% dari jumlah tersebut yang mengakses layanan kesehatan yang menyediakan dukungan dan konseling. Hal ini menciptakan kesenjangan besar antara kebutuhan dan akses terhadap layanan kesehatan mental bagi remaja Indonesia. Penting untuk dicatat bahwa hampir 20% dari total penduduk Indonesia berada dalam rentang usia 10-19 tahun, sehingga populasi remaja memiliki peran yang sangat signifikan dalam kemajuan bangsa ini.⁴

Gangguan mental yang paling banyak diderita oleh remaja adalah gangguan cemas dengan prevalensi sebesar 3,7%, sedangkan gangguan depresi berat, gangguan perilaku, serta gangguan stres pasca-trauma dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas berturut-turut memiliki prevalensi sebesar 1,0%, 0,9%, dan 0,5%.⁵

Banyaknya masalah gangguan kesehatan mental pada remaja di Indonesia menuntut peran yang aktif dari keluarga. Diperlukan pembentukan lingkungan keluarga yang mendukung perkembangan anak saat mereka menjelang remaja. Pendekatan ini akan lebih efektif jika dimulai sejak usia dini untuk mencegah gangguan kesehatan mental pada masa remaja. Anak-anak yang kurang mendapat perhatian berisiko mengalami gangguan mental, ditandai dengan perilaku yang mencari

perhatian, sikap acuh tak acuh, observasi terhadap gerak-gerik orang tua, dan bahkan mungkin hingga menyakiti orang tua.⁶ Dari hal-hal diatas, maka peran lingkungan keluarga dalam mengasuh dan mendidik merupakan hal penting dalam perkembangan dan pembentukan kepribadian seorang anak agar terhindar dari gangguan kesehatan mental pada saat remaja nanti.

Stigma adalah pandangan negatif atau diskriminatif yang melekat pada individu atau kelompok tertentu karena karakteristik atau kondisi tertentu yang dianggap berbeda atau tidak sesuai dengan norma sosial. Stigma terhadap gangguan mental dapat menghambat remaja dalam mencari bantuan medis atau psikologis .⁷ Stigma ini sering kali berasal dari kurangnya pemahaman masyarakat tentang gangguan mental serta adanya stereotype negatif yang melekat pada orang dengan gangguan mental. Remaja yang mengalami gangguan mental sering kali disalahartikan sebagai individu yang lemah, tidak stabil, atau bahkan berbahaya. Persepsi ini tidak hanya merugikan individu yang mengalami gangguan mental, tetapi juga memperburuk stigma secara keseluruhan di masyarakat.⁸

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi stigma terhadap gangguan mental di kalangan remaja, termasuk faktor individu, lingkungan keluarga, dan lingkungan sosial. Faktor individu meliputi persepsi pribadi, pengalaman hidup, dan tingkat pemahaman remaja

tentang gangguan mental. Misalnya, remaja yang kurang mendapatkan edukasi atau informasi yang memadai tentang kesehatan mental mungkin memiliki pandangan yang keliru atau negatif terhadap gangguan mental. Pengalaman pribadi, seperti menyaksikan anggota keluarga atau teman yang mengalami gangguan mental dan menerima perlakuan diskriminatif, juga dapat membentuk sikap dan persepsi mereka terhadap kondisi tersebut.⁷

Lingkungan keluarga memainkan peran yang signifikan dalam membentuk sikap remaja terhadap gangguan mental. Keluarga yang kurang memberikan dukungan emosional atau memiliki pandangan negatif terhadap gangguan mental dapat memperkuat stigma. Selain itu, pola asuh dan nilai-nilai yang diterapkan dalam keluarga, seperti menekankan ketangguhan dan menganggap gangguan mental sebagai kelemahan, dapat mempengaruhi cara remaja memandang dan merespons masalah kesehatan mental. Komunikasi yang terbuka dan dukungan dari anggota keluarga dapat membantu mengurangi stigma, sementara kurangnya dukungan dan pemahaman dapat memperburuk stigma tersebut.⁹

Komunitas atau lingkungan sosial juga memiliki dampak besar terhadap stigma yang dialami oleh remaja. Norma-norma sosial, budaya, dan nilai-nilai yang berlaku dalam komunitas dapat mempengaruhi bagaimana gangguan mental dipersepsikan. Komunitas yang kurang

menerima atau memahami gangguan mental sering kali memperkuat stereotip negatif dan stigma. Pengaruh teman sebaya, sekolah, dan media massa juga dapat mempengaruhi pandangan remaja terhadap gangguan mental. Media massa yang sering kali menampilkan representasi negatif tentang gangguan mental dapat memperkuat stigma di kalangan remaja.¹⁰

Secara keseluruhan, faktor-faktor ini saling berinteraksi dan membentuk persepsi serta sikap remaja terhadap gangguan mental. Mengatasi stigma terhadap gangguan mental memerlukan pendekatan yang holistik dan komprehensif, yang mencakup edukasi, dukungan keluarga, serta perubahan norma dan nilai dalam komunitas. Dengan memahami dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi stigma, dapat dilakukan upaya yang lebih efektif untuk mengurangi stigma dan meningkatkan pemahaman serta dukungan terhadap kesehatan mental di kalangan remaja.^{9,10}

Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan oleh Peneliti , diketahui bahwa dari beberapa hasil wawancara dengan 10 orang remaja di Desa Gunung Silanu didapatkan 7 remaja yang mengalami depresi atau stres seperti siswa yang diam merenung di kelas tidak mau berinteraksi dengan banyak orang, sulit diajak berkomunikasi serta apabila ditanyai mengenai orang tua ataupun keluarga, remaja memunculkan sifat sensitif (marah). Tanpa di sadari secara tidak langsung

remaja sangat rentan mengalami depresi dan stress yang dapat mengakibatkan masalah kesehatan mental.

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang mempengaruhi stigma terhadap kesehatan mental pada remaja di Desa Gunung Silanu Kabupaten Jeneponto”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:
Faktor apa saja yang mempengaruhi stigma terhadap kesehatan mental pada Remaja Di Desa Gunung Silanu Kabupaten Jeneponto?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi stigma terhadap kesehatan mental pada Remaja Di Desa Gunung Silanu Kabupaten Jeneponto

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh faktor individu terhadap kesehatan mental pada remaja di desa gunung silanu kabupaten jeneponto.
- b. Untuk mengetahui pengaruh faktor lingkungan keluarga terhadap kesehatan mental pada remaja di desa gunung silanu kabupaten jeneponto.

- c. Untuk mengetahui pengaruh faktor lingkungan sosial terhadap kesehatan mental pada remaja di desa gunung silanu kabupaten jeneponto.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat yang berarti sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan model yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stigma terhadap gangguan mental pada Remaja

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program-program stigma tentang gangguan mental pada remaja yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental remaja.