BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan tingkat pendidikan dasar secara formal setelah melalui tingkat sekolah dasar. Pada umumnya peserta tingkat pendidikan ini berusia 12 hingga 15 tahun, dimana pada usia sekolah menengah pertama ini bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan perannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa (Sarkadi, 2020).

Remaja adalah masa peralihan atau transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang terbagi menjadi tiga yaitu masa remaja awal yang berusia 10 tahun sampai 14 tahun, remaja pertengahan yang berusia 15 tahun sampai 16 tahun dan remaja akhir yang berusia 17 tahun sampai 19 tahun, dimana pada setiap tahapan usia tersebut remaja mengalami perubahan (Octavia, 2020).

Perubahan yang dihadapi remaja ini berupa perubahan biologis yang dramatis, hal-hal baru, tugas perkembangan baru, hubungan dengan teman-teman menjadi lebih dekat, cara berpikir di masa remaja lebih abstrak dan idealistis, memandang dirinya lebih abstrak dan idealistis, memadang dirinya mampu mengontrol dirinya sendiri, merasa mampu mengatasi tekanan hidup dan remaja sekarang ini diperhadapkan dengan berbagai pilihan gaya hidup yang ditawarkan melalui media (Hastuti et al., 2020). Tetapi, apabila perubahan tersebut tidak dapat diatasi oleh remaja, maka akan sering muncul kegelisahan, pertentangan, kebingungan bahkan konflik dalam diri remaja sehingga hal inilah yang menjadi pemicu terjadinya gangguan kesehatan mental (Rosuliana et al., 2020).

Gangguan kesehatan mental adalah perilaku keadaan emosi yang menyebabkan remaja menderita atau berperilaku membahayakan dengan merusak diri sendiri, orang lain dan lingkungan yang akan berdampak negatif yang serius terhadap kinerja remaja atau kemampuan berinteraksinya dengan orang lain (Sinthania et al., 2022). Gangguan kesehatan mental yang umumnya terjadi pada remaja diantaranya depresi, gangguan kecemasan, gangguan perilaku,

gangguan bipolar, gangguan makan, gangguan stres pascatrauma (PTSD) dan psikosis (Ratnaningsih et al., 2022).

Berdasarkan *World Health Organization* tahun 2021 bahwa satu dari tujuh remaja mengalami gangguan kesehatan mental. Depresi, kecemasan dan gangguan perilaku adalah salah satu penyebab utama penyakit dan kecacatan di kalangan remaja. Diperkirakan 3,6% remaja yang berusia 10-14 tahun dan 4,6% remaja yang berusia 15-19 tahun mengalami gangguan kecemasan. Depresi diperkirakan terjadi pada 1,1% remaja yang berusia 10-14 tahun dan 2,8% pada remaja yang berusia 15-19 tahun. Depresi yang berkepanjangan pada remaja dapat menyebabkan bunuh diri yang merupakan penyebab utama kematian keempat pada remaja (WHO, 2021).

Menurut data dari Indonesia-*National Adolescent Mental Health Survey* tahun 2022 bahwa remaja di Indonesia yang berusia 10-17 tahun lebih dari sepertiga yaitu sebesar 34,9%. Prevalensi masalah kesehatan mental yang sering terjadi di kalangan remaja tersebut diantaranya depresi sebesar 5,3%, kecemasan sebesar 26,7%, stres pasca trauma sebesar 1,8%, masalah perilaku sebesar 2,4% dan masalah terkait pemusatan perhatian dan hiperaktivitas sebesar 10,6%. Sementara, gangguan kesehatan mental pada remaja sebesar 5,5% dengan prevalensi gangguan depresi mayor sebesar 1%, gangguan cemas sebesar 3,7%, PTSD sebesar 0,5%, gangguan perilaku 0,9% dan ADHD sebesar 0,5% (I-NAMHS, 2022).

Gangguan kesehatan mental pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya faktor psikobiologis, dinamika keluarga dan lingkungan dalam hal ini budaya keluarga (Mundakir, 2021). Faktor dinamika keluarga dan budaya keluarga salah satunya yaitu orang tua yang *toxic* (Putri, 2022). Padahal, masa remaja yaitu masa yang sangat penting, sangat kritis dan sangat rentan karena merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa sehingga remaja perlu mendapatkan perhatian dari berbagai pihak terkait kesehatan mental, terutama lingkungan terdekatnya yaitu orang tua (Pakpahan, 2021).

Tanpa orang tua sadari ada relasi hubungan dengan anak remaja yang akhirnya orang tua menjadi *toxic parents*, kadangkala ucapan orang tua yang terlalu menggurui, terlalu menuntut dan mengatur sehingga menimbulkan rasa tidak aman dan nyaman, ketidakpedulian orang tua pada perasaan anak, membuat anak menjadi pribadi yang buruk, rasa tertekan dan ketakutan akan

berpengaruh pada tumbuh kembang anak remaja, bahkan menjadikan anak pribadi yang mudah menyalahkan diri dan tidak percaya diri (Yoga et al., 2022).

Berbagai gangguan kesehatan mental pada remaja akibat *toxic parents* dapat berdampak pada berbagai permasalahan yang kompleks baik fisik, emosi maupun sosial termasuk pendidikan remaja, misalnya dapat timbul berbagai keluhan fisik yang tidak jelas sebabnya ataupun berbagai permasalahan yang berdampak sosial seperti remaja malas sekolah, membolos, ikut perkelahian antar pelajar bahkan sampai penggunaan obat-obatan atau NAPZA. Apabila tidak segera diatasi, kondisi tersebut dapat berlanjut sampai remaja memasuki usia dewasa dan akan lebih berkembang ke arah yang lebih negatif (Kadir & Syahminal, 2021).

Maka dari itu, dalam Islam anak seharusnya dididik atau diasuh dengan cara yang baik, bukan dengan cara yang *toxic* agar mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental pada remaja akibat *toxic parents,* hal ini terdapat dalam Al-Qur'an Surah Al-Imran ayat 159, yaitu:

فَبِمَا رَحمَةٖ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُم ۖ وَلَو كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلقَلبِ لَٱنفَضُّوا مِن حَولِكَ ۖ فَٱعفُ عَنهُم وَٱستَغفِر لَهُم وَشَاوِرهُم فِي ٱلأَمرِ ۖ فَإِذَا عَزَمتَ فَتَوَكَّل عَلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلمُتَوَكِّلِينَ

Artinya: "Maka berkat rahmat Allah engkau (Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekitarmu. Karena itu maafkanlah mereka dan mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sungguh, Allah mencintai orang yang bertawakal". QS. Al-Imran ayat 159 terdapat perintah yang sebaiknya dilakukan orang tua kepada anaknya yaitu berlaku lemah lembut, tidak bersikap kasar karena akan membuat anak menjauh, memaafkan anak dan bermusyawarah dengan anak sehingga gangguan kesehatan mental dapat dihindari.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2022) menujukkan adanya hubungan yang kuat dan positif antara perilaku *toxic parents* terhadap kesehatan mental sebesar 0,655 dengan nilai R square 42,9 %. Menurut penelitian Julianto et al (2020) juga diperoleh ada hubungan yang signifikan antara *toxic parents* dengan

harga diri (*p-value* 0,003), harapan (*p-value* 0,000) dan kebahagian remaja (*p-value* 0,004). Hal ini dikarenakan *toxic parents* ini dapat menyebabkan harga diri remaja menjadi rendah dan menjadikan harapan dalam suatu hubungan antara orang tua dan remaja juga rendah, serta menimbulkan rasa ketidakbahagiaan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti diperoleh jumlah seluruh siswa di SMP 7 Telaga Biru sebanyak 196 orang. Hasil wawancara peneliti terhadap 3 siswa di SMP 7 Telaga Biru, melalui hasil wawancara diperoleh 1 siswa menyatakan merasa tertutup dengan orang tua karena setiap siswa tersebut ingin menceritakan mengenai permasalahannya orang tua tidak memahami situasi yang dialaminya, hanya dimarahi orang tuanya sehingga menyebabkan siswa ini jarang mengkomunikasikan permasalahnya dengan orang tuanya sendiri. 1 siswa menyatakan bahwa orang tuanya sering membeda-bedakan dirinya dengan orang lain dan cara berpakaian masih di atur oleh orang tuanya atau sesuai dengan kemauan orang tuanya. 1 siswa mengatakan orang tuanya langsung memarahinya apabila lewat sedikit jam pulang ke rumah saat remaja tersebut keluar rumah pada malam hari dan juga mengatur cara berpakaiannya.

Peneliti juga memperoleh dari studi pendahuluan melalui hasil wawancara dengan 3 siswa di SMP 7 Telaga Biru bahwa mereka bertiga dalam situasi tersebut menyatakan lebih memilih diam dan pergi ke kamar, serta merasa stres dengan perlakukan orang tua mereka karena tidak dapat melakukan apapun terhadap perlakuan maupun yang diutarakan oleh orang tuanya.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut siswa di SMP 7 Telaga Biru mengalami *toxic parent* yang dapat merusak komunikasi antara orang tua dan siswa karena orang tua tidak dapat memahami situasi yang dialami remaja, kekerasan dalam bentuk verbal dan menuntut anak sesuai dengan kemauan atau keinginannya, maka siswa lebih memilih diam saja dan menuruti segala perintah yang harus dilakukan orang tua sehingga lama-kelamaan siswa dapat mengalami gangguan kesehatan mental akibat perilaku merusak orang tua yang tidak disadari dapat membahayakan mental remaja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan *Toxic Parents* dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMP 7 Telaga Biru”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka yang dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Siswa di SMP 7 ada yang mengalami *toxic parents* yaitu jarang mengkomunikasikan permasalahnya dengan orang tuanya sendiri, orang tua sering membeda-bedakan dirinya dengan orang lain dan cara berpakaian masih di atur oleh orang tuanya.
2. Siswa di SMP 7 Telaga Biru ada yang mengalami masalah mental yaitu lebih memilih diam dan merasa stres dengan perlakukan orang tua mereka karena tidak dapat melakukan apapun.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana *toxic parents* pada remaja di SMP 7 Telaga Biru?
2. Bagaimana kesehatan mental pada remaja di SMP 7 Telaga Biru?
3. Apakah terdapat hubungan *toxic parents* dengan kesehatan mental pada remaja di SMP 7 Telaga Biru?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengidentifikasi *toxic parents* pada remaja di SMP 7 Telaga Biru
2. Untuk mengidentifikasi kesehatan mental pada remaja di SMP 7 Telaga Biru
3. Untuk menganalisis hubungan *toxic parents* dengan kesehatan mental pada remaja di SMP 7 Telaga Biru.

1.5 Manfaat penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah pengetahuan dan memperluas wawasan dalam ilmu keperawatan jiwa mengenai hubungan *toxic parents* dengan kesehatan mental pada remaja.

1.5.2 Manfaat Praktis

1 Bagi Sekolah

Diharapkan dapat menjadi informasi bagi sekolah terkait kesehatan mental siswa dan sebegai deteksi dini gangguan kesehatan mental agar dapat mencegah permasalahn mental yang lebih kompleks.

2 Bagi Instansi Pendidikan

Menambah informasi dan sebagai evaluasi lebih lanjut apabila terdapat hubungan *toxic parents* dengan gangguan kesehatan mental pada remaja, serta sebagai tambahan referensi bagi mahasiswa keperawatan untuk memberikan asuhan keperawatan jiwa pada remaja.

3 Bagi Remaja

Menjadi sumber informasi bagi remaja tentang dampak dari hubungan *toxic parents* terhadap gangguan kesehatan mental agar remaja dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental dan lebih mencintai diri sendiri atau *self-love*.

4 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan menjadi rujukan atau acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya yang relevan dengan masalah penelitian ini agar bisa lebih dikembangkan.