

BAB 1

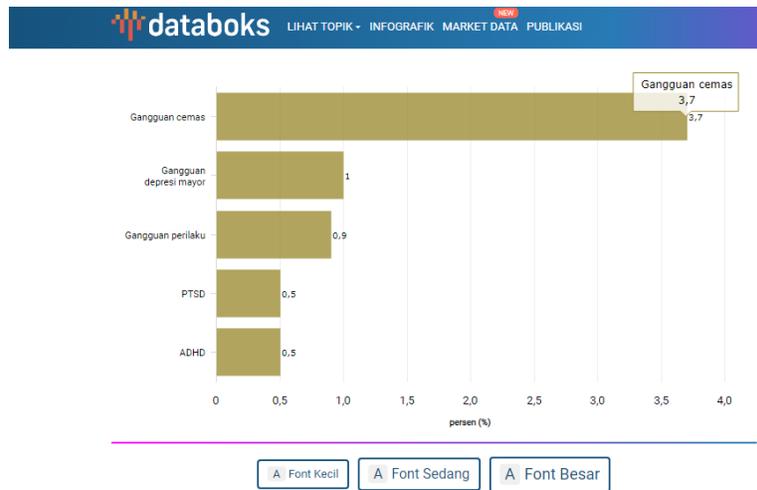
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan bagian krusial pada kehidupan manusia. Kesehatan menjadi kekuatan manusia dalam melakukan aktifitas secara normal. Berdasarkan pada UU tentang pokok kesehatan nomor 9 tahun 1960, pasal 2 dinyatakan bahwa kesehatan ialah segala hal yang bersangkutan dengan keadaan badan, mental, dan sosial, serta tidak berkaitan dengan keadaan bebas penyakit, stigma, dan kelemahan. Oleh sebab itu manusia perlu menjaga kesehatan secara jasmani maupun rohani.

Sebagai makhluk sosial, terkadang manusia dihadapkan pada keadaan yang berkaitan dengan perasaan terkekang dan duka yang menyebabkan kestabilan mental terganggu secara individu dan berdampak pada kesehatan fisik seseorang. Remaja merupakan masa pertumbuhan dan pembentukan diri pada manusia. Hal itu menjadikan masa remaja dimana banyak orang dalam keadaan labil dan berada dalam keadaan mental yang tidak stabil.

Pembentukan konsep diri adalah proses yang terjadi selama kehidupan seseorang. Proses ini tidak terbatas pada situasi tertentu, seperti orang tua bercerai. Perceraian dapat memengaruhi perasaan anak tentang stabilitas dan keamanan, serta dapat memengaruhi cara anak melihat diri mereka sendiri dalam hubungan dengan orang tua dan lingkungan sosial mereka. Menurut Strong dan DeVault (1989:10) keluarga berfungsi dalam membentuk kesehjahteraan, kerjasama sosial ekonomi, berkembangbiak serta pengenalan, dan peranan pada status sosial. Dampak dari kehilangan beberapa anggota keluarga menyebabkan hal-hal seperti *behavioural problem, academic problem, spiritual probelm, & sexual problem.*



Gambar 1.1 Diagram Data Statistik Anak Mengalami Gangguan Mental

Menurut pemberitaan *Indonesia National Adolescent Mental Health* menyatakan jika 1 dari 3 pemuda Indonesia pada usia 10 - 17 tahun mempunyai persoalan *mental health*. Sedangkan dalam satu tahun terakhir 1 dari 20 pemuda di Indonesia mengalami gangguan mental. Dilansir dari Page Universitas Gadjah Mada, angka tadi setara dengan 15,5 juta serta 2,45 juta pemuda yang terdiagnosa permasalahan mental sinkron dengan pedoman *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* edisi kelima (DSM-5) yang menjadi acuan dalam mendiagnosis gangguan mental di Indonesia.

Dalam tulisan UGM Siswanto Agus Wilopo yang termasuk peneliti I-NAMHS menjelaskan bahwa remaja yang mengalami *mental health* akan mengalami kesulitan dalam menjalani harinya yang ditimbulkan oleh tanda-tanda gangguan mental yang dia miliki. Tingkat torehan untuk gangguan tekanan pasca-trauma atau bisa disebut PTSD dan hiperaktivitas dan gangguan pemusatan perhatian atau disebut juga ADHD yang masing-masing mendapatkan nilai persen sebanyak 0,5% serta 3,7%. Gangguan cemas adalah permasalahan mental yang sering terjadi pada remaja. Ini adalah data yang cukup mengkhawatirkan mengingat hampir 20% orang Indonesia berusia 10-19 tahun. Bahkan dia menyatakan bahwa dalam satu tahun

terakhir terdapat 2,6% remaja mengalami masalah kesehatan mental yang telah mengunjungi beberapa dokter kesehatan mental atau psikolog untuk mengatasi permasalahan emosi dan sikap.

I-NAMHS adalah bagian dari kuesioner *National Adolescent Mental Health*, yang dilakukan di Negara Kenya dan Vietnam. Penelitian ini menggunakan hasil kolaborasi dari Universitas Gadjah Mada, Universitas Queensland Australia, Perkumpulan Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health Amerika, Kementerian Kesehatan, Universitas Sumatera Utara, dan Universitas Hasanuddin. I-NAMHS berusaha untuk menghitung prevalensi atau tingkat penyakit enam gangguan mental remaja yang paling umum. Ini termasuk ketakutan bersosial, kecemasan secara menyeluruh, permasalahan depresi, stres pasca trauma (PTSD), gangguan perilaku, dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD).

Dalam penelitiannya I-NAHMS mengidentifikasi faktor resiko serta pelindung yang berkaitan dengan permasalahan mental seperti perudungan di sekolah, pengamalan masa kecil yang traumatis, perilaku seks bebas, penggunaan obat – obatan terlarang, hubungan yang tidak baik antara keluarga dan lingkungan sekitar dan beberapa permasalahan lainnya. Terdapat berbagai macam jenis gangguan mental yang biasa terjadi pada remaja usia 10 – 19 tahun yang sering kita jumpai:

1. Gangguan cemas termasuk gangguan cemas menyeluruh dan fobia sosial 3,7%,
2. Gangguan depresi mayor 1,0%
3. Gangguan sikap 0,9%
4. Gangguan stres pasca-syok atau PTSD 0,5%
5. Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas atau ADHD 0,5%.

Keadaan gangguan mental ini membentuk seorang pemuda menjadi labil, sedangkan pada masa ini para remaja banyak menghabiskan waktunya bersama teman teman sepantarnya. Pada artikel, fenomena *broken home* melanda pada semua kalangan dari bermacam-macam usia sekalipun. Dimulai dari kalangan elit berduit sampai kelas ekonomi paling bawah, kemudian dari lahir hingga tua, semuanya tidak dipungkiri menjadi korban gangguan mental juga.

Berpergian menjadi rutinitas harian yang kerap dilakukan remaja yang bisa dikatakan adanya gangguan mental yang dialaminya dimulai dari mulai terbit fajar sampai malam bahkan. Semuanya dihabiskan didunia luar dari sejak hari senin sampai hari minggu sekalipun. Berbagai alasan dilontarkan sebagai “modus” untuk melakukan kegiatan keluyuran, mulai dari *shopping*, *healing*, *gym*, silaturahmi, pacaran, mencari hiburan, serta alasan lainnya yang hanya menjadi kedok saja. Pada dasarnya, gangguan mental tidak didasarkan penyebab dari *broken home*. Secara teori mereka memang tidak mengalami gangguan mental, tetapi secara fisik dan psikologis mereka sudah berjalan masing masing karena sibuk dengan aktivitas “*me time*” nya masing-masing (Fajariah Tri Lestari, 2014).

Berdasarkan pernyataan dari ketua Komunitas Peduli Mental Indonesia ada sekitar 63 anggota dan rata-rata remaja. Pada kesempatan tersebut Ketua komunitas menjelaskan sebagian besar anggotanya (+90%) mereka dari keluarga yang kedua orang tuanya bercerai dan mereka mengalami kesedihan, bingung, stress. Melihat hal ini penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh dan ada keinginan mengetahui kesehatan mental remaja pada komunitas Peduli Mental Indonesia di Kota Malang.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan. Terdapat beberapa anggota yang juga bisa disebut sebagai *client* dalam akun instagram @pedulimental.id ini sudah melakukan

kegiatan komunikasi secara personal seperti berdiskusi tentang cara mengatasi gangguan hingga curhat mengenai masalah apapun itu dari client ke founder pemilik komunitas @pedulimental.id. Sehingga, peranan founder disini sangat dibutuhkan dan perlu adanya tahap penyesuaian terhadap *clientnya*. Pada tahap penyesuaian tersebut founder harus memiliki kemampuan komunikasi yang baik terhadap *clientnya* yaitu dengan cara berkomunikasi secara interpersonal terhadap *clientnya* untuk menanyakan hal apa yang sudah terjadi kepada *clientnya*. Dengan begitu, citra atau image di mata *client* tersebut memberikan dampak signifikan terhadap progress kehidupan yang akan dijalani oleh *client* tersebut.

Hasil penelitian Syahrudin (2022) menunjukkan pengaruh positif terhadap komunikasi interpersonal yang dapat mempengaruhi prestasi belajar seseorang sebagai pembentukan konsep diri dalam menjalani aktifitas sehari-harinya dengan memanfaatkan komunikasi dengan orang lain.

Kesehatan mental ialah ketika seseorang tidak memiliki gejala gangguan mental. Individu atau seseorang yang dinyatakan sehat secara mental dapat dikatakan memiliki fungsi secara normal dalam menjalani hidupnya, terutama ketika mengikuti kondisi untuk menghadapi masalah yang mungkin muncul sepanjang hidup. Permasalahan mental dan kesehatan fisik merupakan sesuatu yang sama-sama perlu diperhatikan agar dapat hidup secara normal. Mensugesti kesehatan mental dan fisik menjadi syarat dalam membentuk ke stabilan mental seorang remaja. Permasalahan mental tidak terjadi karena berasal dari turunan kedua orang tua, tetapi tekanan hidup secara berlebihan juga dapat mengakibatkan stres serta meningkatkan permasalahan secara mental.

Zakiah Drajat melalui bukunya yang berjudul Islam serta Kesehatan Mental mengatakan bahwa, seseorang bisa dikatakan sehat secara mental yakni terhindar dari

permasalahan kejiwaan, dapat beradaptasi dengan keadaan, mampu menyelesaikan permasalahan, adanya keserasian fungsi jiwa (tidak ada perseteruan), merasa berguna serta memaksimalkan potensinya dalam diri seseorang tersebut.

Dengan adanya hal tersebut maka, banyak orang mengalami gangguan mental karena tidak lagi memperhatikan kepercayaannya dan juga dianggap hanya sebagai pelengkap. Mereka lupa bahwa menggunakan kepercayaan orang akan membuat mereka senang, tenang, dan damai. Oleh karena itu, satu - satunya terapi yang dapat kita lakukan adalah upaya untuk menghidupkan kembali spiritualitas seseorang melalui agama untuk mencapai kesejahteraan mental. Data tersebut dijadikan bukti atau alasan dalam penelitian ini, apakah mereka memiliki cara pelampiasan untuk mengatasi permasalahan gangguan mental yang mereka dapatkan selama mereka menjalankan aktifitasnya. Untuk itu peneliti menginginkan adanya komunikasi interpersonal kepada beberapa anggota komunitas Peduli Mental Indonesia di Kota Malang dalam membentuk karakter diri masing-masing.

Pada penelitian Condry disebutkan dalam sebuah kasus yang dimana remaja laki - laki dan perempuan dapat meluangkan dua kali lebih banyak waktu dengan teman sebaya selama satu minggu dibandingkan meluangkan waktu bersama dengan keluarganya. (Condry, Simon & Bronffebrenner, 1968 : 220 dalam John W. Santrock 2003 : 220). Data tersebut menjelaskan bahwa anak *broken home* banyak yang terjerumus kedalam hal-hal buruk yang dapat menyebabkan kematian. Sebagai contoh anak yang sedang mengalami *broken home* seperti peneliti ambil contoh yaitu mantan Presiden Indonesia dan juga Amerika Serikat yaitu Susilo Bambang Yudhoyono dan Barrack Obama yang menjadikan *broken home* sebagai titik balik kesuksesannya.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) mengatakan bahwa, terdapat delapan fungsi keluarga, kepercayaan, sosial budaya, cinta kasih, perlindungan, reproduksi, pengenalan dan pendidikan, ekonomi, dan pelatihan lingkungan. Fungsi keluarga itu sendiri telah tergeser karena tuntutan lingkungan luar saat ini. Semua anggota keluarga, terutama orang tua, telah sibuk menggunakan pekerjaan mereka untuk menafkahi keluarga dan bisa diartikan bahwa tugas ayah dan bunda telah hilang didepan sang anak.

Ada banyak kasus yang menunjukkan bahwa anak yang memiliki gangguan mental mengalami problem menggunakan orang sekitarnya, walaupun terdapat pula yang berhasil. Hal ini juga diperkuat oleh observasi singkat penulis. Berdasarkan observasi singkat ini, penulis tertarik untuk menyelidiki komunikasi interpersonal dalam studi kasus komunitas kepada anggota yang memiliki kebutuhan khusus.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penulis sangat tertarik dalam meneliti dan mengkaji lebih jauh dengan perbedaan metode penelitian dengan penelitian terdahulu terkait “Pembentukan Konsep Diri Remaja Berkebutuhan Khusus Komunikasi Interpersonal (Studi Kasus Komunitas Pedulimental.id Malang)”.

1.2 Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan informasi sebelumnya, rumusan masalah yang ditemukan adalah: Bagaimana proses komunikasi interpersonal dari pemilik komunitas Peduli Mental Indonesia Kota Malang dengan para anggota untuk membentuk konsep diri dengan lingkungan sekitar.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan memahami pengalaman komunikasi interpersonal remaja para anggota komunitas Peduli Mental Indonesia di Kota Malang yang mengalami gangguan mental dalam membentuk konsep diri dengan lingkungannya.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diyakini bisa dijadikan referensi bagi mahasiswa ilmu komunikasi, bagaimana komunikasi interpersonal anak gangguan mental pada komunitas Peduli Mental Indonesia dengan teman sebayanya.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Penulis

Penelitian ini dapat memberikan penulis informasi dan perspektif baru tentang komunikasi, khususnya tentang bagaimana anak berkebutuhan khusus berinteraksi dengan orang lain di komunitas Peduli Mental Indonesia dan lingkungannya.

b) Bagi Pembaca

Agar berguna sebagai acuan referensi dan rujukan yang bermanfaat, khususnya yang membahas komunikasi interpersonal anggota berkebutuhan khusus di komunitas Peduli Mental Indonesia dengan lingkungannya.