

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan sebuah kondisi dimana individu terbebas dari segala bentuk gejala-gejala gangguan mental. Mahasiswa pada kasus perceraian orang tua di Program studi Keperawatan tingkat III ITSK RS dr. Soepraoen Malang mengeluhkan stress, banyak pikiran, mereka jadi lebih bersikap tidak peduli pada lingkungan sekitar, dan melkakukan hal hal buruk yang sebelumnya belum pernah mereka lakukan hanya untuk menghibur diri karna kesepian, contohnya merokok, lebih tertutup, berperilaku kasar. Hal tersebut dapat berdampak pada kondisi kesehatan mental mereka dan kesehatan mental mereka dapat terganggu.

Individu yang sehat secara mental dapat berfungsi secara normal dalam menjalankan hidupnya khususnya saat menyesuaikan diri untuk menghadapi masalah-masalah yang akan ditemui sepanjang hidup seseorang dengan menggunakan kemampuan pengolahan stres. Tuntutan hidup yang berdampak pada stress berlebih akan berdampak pada gangguan kesehatan mental yang lebih buruk . Dengan sehatnya mental seseorang maka aspek kehidupan yang lain dalam dirinya akan bekerja lebih maksimal. Kondisi mental yang sehat tidak dapat terlepas dari kondisi kesehatan fisik yang baik (Putri et al., 2015). Kesehatan mental yang baik memungkinkan orang untuk menyadari potensi

mereka mengatasi tekanan kehidupan yang normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas mereka (WHO, 2013).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 oleh Kementerian Kesehatan, sekitar 9,8% atau sekitar 26 juta dari 267 juta jiwa di Indonesia hidup dengan “gangguan mental emosional” atau kondisi Gangguan kesehatan jiwa. Jika dijabarkan lebih detil menunjukkan prevalensi gangguan mental berat pada penduduk Indonesia sekitar 7% per mil dan jumlah terbanyak terdapat di Bali, Yogyakarta, NTB dan Aceh yang menunjuk. (Riskesdas, 2018). Oleh karena itu, gangguan kesehatan mental tidak bisa kita remehkan, karena jumlah kasusnya saat ini masih cukup mengkhawatirkan. Terdapat sekitar 450 juta orang menderita gangguan mental dan perilaku di seluruh dunia. Diperkirakan satu dari empat orang akan menderita gangguan mental selama masa hidup mereka. Adapun di Indonesia sebanyak 9.162.886 kasus atau 3,7% dari populasi (WHO, 2017).

Dari beberapa hal penyebab munculnya masalah kesehatan mental, keluarga juga dapat menjadi salah satu penyebab munculnya masalah kesehatan mental seseorang. Namun keluarga yang dimaksud ialah keluarga yang tidak memiliki keharmonisan didalamnya, bisa berasal dari factor pertengkaran, kekerasan, dan factor lain yang akhirnya menuju pada arah perpisahan/perceraian.

Perceraian tidak hanya menjadi keputusan terberat dan menguras emosi bagi orangtua yang menjalaninya, tapi anak-anak pun juga bisa terkena imbasnya. Perceraian orangtua ternyata dapat memberi dampak

besar pada anak, terutama bagi kesehatan mentalnya. Anak-anak pastinya ingin memiliki orangtua yang lengkap, saling menyayangi, dan selalu ada untuk mendukungnya. Namun sayangnya, perceraian kadang-kadang tidak bisa dihindari sebagai satu-satunya solusi atas permasalahan rumah tangga yang dialami orangtua. Namun, sebelum memutuskan untuk bercerai, ada baiknya orangtua mempertimbangkan perasaan anak. Sebab, perceraian dapat memengaruhi psikologis anak, bahkan tidak jarang menyebabkan gangguan mental pada anak. (Makarim, 2020)

Berdasarkan berita yang dilansir oleh Syamsuddin Putra (dalam rri.co.id, 2021) Pengadilan Agama mencatat angka perceraian di Kabupaten Malang mencapai 755 kasus dalam bulan Januari 2021. Rinciannya, 200 kasus cerai gugat dan 555 kasus cerai talak. Jumlah kasus perceraian itu terbanyak ketiga di Jawa Timur. Menurut Humas Pengadilan Agama Kabupaten Malang, tingginya kasus cerai itu sebagian besar dipicu faktor ekonomi dalam rumah tangga. Apalagi, di tengah pandemi Covid-19, tidak sedikit orang yang kehilangan pekerjaan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di ITSK RS dr. Soepraoen Malang diketahui kasus perceraian yang terjadi pada kedua orang tua mahasiswa Program Studi Keperawatan Tingkat III ITSK RS dr. Soepraoen Malang, pada bulan Mei 2022 peneliti menemukan 32 dari mahasiswa Program Studi Keperawatan Tingkat III ITSK RS dr. Soepraoen Malang mengalami kasus yang sama, yakni orang tua berpisah/bercerai. Dari 32 mahasiswa ini peneliti memilih 5 mahasiswa

untuk dijadikan studi pendahuluan, dengan hasil 3 mahasiswa merasa apa yang terjadi kepada kedua orang tuanya berdampak pada kehidupan dan kesehatan mentalnya karena merasa kurang kasih sayang dan stress akibat percetakan/perdebatan kedua orang tua yang tak kunjung usai setelah bercerai, dan 2 mahasiswa lain merasa semenjak orang tuanya bercerai, mereka jadi lebih bersikap tidak peduli pada lingkungan sekitar, dan melkaukan hal hal buruk yang sebelumnya belum pernah mereka lakukan hanya untuk menghibur diri karna kesepian, contohnya merokok, lebih tertutup, berperilaku kasar.

Keluarga merupakan sistem pendukung utama yang memberi perawatan langsung pada setiap keadaan (sehat-sakit)(Keliat, 2015). Namun, gangguan kesehatan mental pada anak kerap terjadi disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya perceraian orang tua dalam keluarga. Ketika kedua orang tua bercerai, sang anak cenderung belum bisa menerima kondisi yang terjadi pada keluarganya. Faktor yang dapat menyebabkan kesehatan mental mereka terganggu antara lain, faktor biologis yang memberi kontribusi besar bagi kesehatan mental, factor psikologis yang merupakan aspek psikis yang tidak dapat dipisahkan dari aspek lainnya, dan faktor sosial yakni lingkungan sosial secara nyata mempengaruhi perilaku sehat dan sakit.

Solusi dari Verywell Family yang dapat mengurangi dampak psikologis pada anak, meliputi Bantu Anak Merasa Aman, Jaga Hubungan yang Sehat, Hindari Menempatkan Anak di Tengah dan memaksanya untuk memilih ingin ikut siapa, siapa orang tua yang lebih disukai, atau menghasutnya, Ajari anak-anak bagaimana cara mengelola pikiran, perasaan, dan perilakunya dengan cara yang sehat, dan bicara

dengan anak dan ajari mereka meskipun menghadapi perceraian itu sulit, dia memiliki kekuatan mental untuk mengatasinya (Daruwati, 2021).

Untuk itu, perlu diadakan upaya penanganan pada penderita gangguan kesehatan mental yang berupa psikoterapi, terapi psikodinamika, terapi perilaku, dan terapi humanistik agar penderita gangguan kesehatan mental dapat kembali normal dan mencapai kriteria sehat mental ditentukan. Upaya pencegahan gangguan kesehatan mental ditujukan untuk mencegah timbul dan kambuhnya gangguan mental, dan mengurangi faktor resiko terjadi gangguan mental pada setiap individu, Ayuningtyas et al., (2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin mengungkap realitas yang ada dalam fenomena perceraian orang tua terhadap kesehatan mental anak dengan harapan bisa memberikan bahan studi kasus tentang kasus-kasus anak yang kedua orang tuanya mengalami perceraian pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Tingkat III ITSK RS dr. Soepraoen Malang.

### **1.1 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka diajukan perumusan masalah sebagai berikut : Bagaimana gambaran kesehatan mental mahasiswa pada kasus perceraian orang tua di Program Studi Keperawatan Tingkat III ITSK RS dr. Soepraoen Malang?

### **1.2 Tujuan**

Untuk mengetahui gambaran kesehatan mental mahasiswa pada kasus perceraian orang tua di Program Studi Keperawatan Tingkat III ITSK RS dr. Soepraoen Malang.

### **1.3 Manfaat**

#### **1.3.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tentang kesehatan mental anak pada kasus perceraian orang tua dan upaya mengatasi permasalahan gangguan kesehatan mental

#### **1.3.2 Manfaat Praktis**

##### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau referensi tambahan dalam pembelajaran kesehatan mental anak khususnya pada kasus perceraian orang tua.

##### **2. Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan dan membuat asuhan keperawatan tentang penanganan kesehatan mental.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi mengenai kesehatan mental dan upaya penanganan gangguan kesehatan mental.

### 4. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang kesehatan mental pada diri mereka dan memberikan pengetahuan tentang upaya penanganan pada gangguan kesehatan mental.



