

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kondisi pandemik COVID-19 menyebabkan dampak yang signifikan pada anak muda atau remaja, baik dampak dari segi kesehatan maupun dampak non-kesehatan. Menurut (UNICEF, 2020a) dampak yang terjadi akibat COVID-19 bagi remaja antara lain : kesehatan, masalah perlindungan dan keselamatan, pendidikan, ekonomi.

Dampak kesehatan yang terjadi saat masa pandemik COVID-19 pada remaja bukan hanya kesehatan fisik, melainkan juga berdampak pada kesehatan mental atau jiwa remaja. *Physical Distancing*, PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat), pembelajaran jarak jauh, dan aturan-aturan yang lain yang ditetapkan oleh pemerintah Indonesia mengakibatkan tekanan mental. Remaja yang biasanya melakukan banyak aktivitas dipaksa harus melakukan aktivitas di rumah. Kondisi tersebut dapat berdampak pada kesehatan mental remaja atau masalah emosi dan perilaku remaja (Choirunissa et al., 2020).

Walaupun saat ini kasus terkonfirmasi terus menurun akan tetapi pandemik COVID-19 tetap berdampak bagi sebagian besar aktivitas masyarakat termasuk kelompok terkecil yaitu keluarga dan anak. Perubahan aktivitas sehari-hari pada remaja tidak hanya berdampak pada aspek fisik saja, melainkan berdampak pada aspek kesehatan jiwa. Hal tersebut dikarenakan perubahan-perubahan yang terjadi dalam waktu yang cukup cepat dan lama.

Pembatasan sosial yang sudah dilakukan hampir 1,5 tahun membuat remaja bosan karena harus berdiam diri di rumah dan tidak bisa berinteraksi dengan teman-temannya (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Kaum remaja mengalami masa yang sulit saat pandemik COVID-19 terjadi. Remaja yang mampu mengendalikan emosinya tentu akan dengan mudah menghadapi permasalahan saat situasi COVID-19, sebaliknya remaja yang labil emosinya tentu akan mengalami tekanan yang lebih besar (Choirunissa et al., 2020). Masa remaja merupakan masa di mana banyak perubahan yang terjadi. Perubahan yang terjadi antara lain, perubahan biologik, psikologik, dan perubahan sosial. Remaja yang berada pada fase perubahan sering kali memicu terjadinya konflik dengan lingkungan sekitarnya. Jika konflik tidak dapat diatasi dengan baik, maka perkembangan remaja akan membawa dampak negatif dan tidak jarang memicu permasalahan kesehatan mental remaja. (Wiguna et al., 2010) dalam (Wulandari, 2018).

Menurut (WHO, 2004) Kesehatan mental, merupakan kondisi di mana individu memiliki kesejahteraan yang tampak dari dirinya yang mampu menyadari potensinya sendiri, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup normal pada berbagai situasi dalam kehidupan, maupun bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Prevalensi masalah kesehatan mental yang terjadi di Indonesia pada usia 15 tahun ke atas mencapai 9,8% dari jumlah penduduk. Angka ini mengalami peningkatan sebanyak 6% dibandingkan tahun 2013 (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Penyakit fisik, pola asuh yang inadkuat, kekerasan dalam rumah tangga, hubungan dengan teman sebaya yang inadkuat, serta kemiskinan berbagai stresor psikososial tersebut sering kali dikaitkan dengan masalah emosi dan perilaku pada anak dan remaja. Hal ini dapat mempengaruhi proses perkembangan kognitif pada remaja, sehingga remaja memiliki pandangan yang lebih negatif terhadap lingkungan dan persepsi yang negatif terhadap dirinya sendiri.

Menurut (Santrock, 2015) dalam (Emilda, 2020) lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan media sosial merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi masalah mental emosional pada remaja. Beberapa faktor seperti keluarga, sekolah, dan teman sepermainan dianggap menjadi faktor pembentuk kesehatan mental pada anak dan remaja (Siegek & Welsh, 2011) dalam (Yasipin et al., 2020). Sejalan dengan penelitian (Fitri et al., 2019) yang menyatakan bahwa terdapat 2 faktor yang sangat berpengaruh dalam kesehatan mental emosional remaja yaitu pola asuh orang tua dan teman sebaya.

Fase perkembangan remaja menurut Eric Erison (1963) dalam (Azizah et al., 2016) antara lain: perubahan citra diri, pengaruh utama pada kelompok sebaya, tugas mengembangkan identitas pribadi dan identitas kelompok, hubungan persenol dengan teman sebaya, pengembangan identitas, komunikasi terbuka antar remaja dan orang tua serta teman sebaya, perkembangan kognitif, menentang nilai tradisional dan mengkajinya secara logik. Oleh karena itu,

interaksi dengan teman sebaya sangat berpengaruh terhadap perkembangan jiwa remaja.

Pertemanan remaja akan tercipta dengan baik apabila antar remaja yang satu dengan yang lain saling memberikan dukungan moral, emosional, dan sosial (Kholifah, 2020). Interaksi teman sebaya adalah proses timbal balik antara individu dengan kelompok sosialnya yang seusianya. Interaksi antar teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku baik yang positif maupun yang negatif. Nilai negatif yang dikembangkan dalam interaksi teman sebaya dapat menimbulkan bahaya bagi perkembangan jiwa (Oktavia et al., 2021).

Wanzel dalam penelitiannya menunjukkan hasil bahwa siswa yang memiliki interaksi teman sebaya baik di sekolah sering kali memiliki sifat terbuka sehingga mudah diterima dalam pergaulan dan mempunyai motivasi yang positif. Sebaliknya siswa yang memiliki interaksi teman sebaya kurang akan merasa dirinya ditolak dalam lingkungan teman sebaya mereka, merasa dikucilkan oleh teman sebaya mereka, sehingga motivasi mereka akan rendah dan merasa kesepian. Hal tersebut dapat berdampak negatif pada segala sikap, perilaku, dan tujuan hidup remaja (Rahmawati, 2016).

Menurut (Nathania dan Godwin, 2012) dalam (Elfina et al., 2018) menyatakan remaja yang menghadapi situasi yang penuh dengan stress dan tekanan, membutuhkan interaksi yang diperoleh dari teman sebaya ataupun di lingkungan sosialnya. Remaja yang melakukan interaksi teman sebaya yang baik akan membuat mereka merasakan bahwa stress yang dialami remaja berkurang dan mendapatkan dukungan dari teman sebayanya, remaja akan merasa bahwa dirinya tidak sendiri dan diperdulikan oleh orang lain.

Teman sebaya merupakan sumber status, persahabatan dan rasa saing memiliki yang penting dalam situasi sekolah. Remaja di sekolah biasanya menghabiskan waktu bersama-sama paling sedikit selama 6 jam setiap harinya. Sistem interaksi teman sebaya sering kali diperlukan untuk mendapatkan dukungan agar bisa bertahan terhadap stress yang dialami remaja (Santrock, 2003) dalam (Elfina et al., 2018).

Menurut (Nurul Fadhilah & Mukhlis, 2021) teman sebaya memiliki peran penting sebagai sumber dorongan emosional remaja karena dengan interaksi teman sebaya, remaja memiliki kesempatan untuk meningkatkan perkembangan emosi, sehingga perkembangan mental remaja tidak terhambat. Jika remaja bisa bergaul dengan teman sebayanya secara baik maka hal tersebut akan mempengaruhi perkembangan jiwa remaja. Berdasarkan penelitian (Magson et al., 2021) konsistensi dengan teori yang menyoroti pentingnya teman sebaya selama masa remaja, menunjukkan bahwa kekhawatiran terbesar remaja selama krsis COVID-19 adalah seputar gangguan interaksi dan aktivitas sosial mereka. Pembatasan yang diberlakukan untuk mengurangi penyebaran virus dapat mengakibatkan isolasi sosial, stres *interpersonal* dan masalah kesehatan mental pada remaja.

Berdasarkan teori faktor yang penting dalam kesehatan mental remaja merupakan pengaruh *peer* (teman sebaya) yang dapat membuat anak perlu mengembangkan kemampuan terkait penyesuaian diri dan regulasi diri. Ketika remaja merasa diterima di lingkungan pertemannya dan tidak membandingkan diri secara berlebihan, hal ini mampu membuat mereka merasa aman di lingkungan (Yuliandari, 2019). Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang

dilakukan oleh (Kholifah, 2020) dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional remaja dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi teman sebaya terhadap gangguan mental emosional remaja.

Hasil pendahuluan yang dilakukan di SMP N 6 Salatiga pada 9 Oktober 2021, dari hasil wawancara menggunakan kuesioner interaksi teman sebaya dan kesehatan mental (SRQ-20) pada 12 responden terdapat 4 responden yang memiliki interaksi teman sebaya baik dengan 1 responden tidak terindikasi kesehatan mental dan 3 responden terindikasi kesehatan mental, 3 responden memiliki interaksi teman sebaya sedang dengan 1 responden tidak terindikasi kesehatan mental 2 responden terindikasi kesehatan mental, dan 5 responden memiliki interaksi teman sebaya kurang dengan 4 responden terindikasi 1 responden tidak terindikasi kesehatan mental.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat kita ketahui bahwa pembatasan yang diberlakukan untuk mencegah virus covid-19 telah berdampak pada kesehatan mental pada remaja. Sehingga peneliti tertarik. Berdasarkan fenomena diatas maka untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara teman sebaya dengan kesehatan mental pada remaja, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Interaksi Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19” yang akan dilakukan di SMP N 06 Salatiga.

## **B. Rumusan Masalah**

Pembatasan sosial sangat sulit diterima bagi remaja, karena pada masa remaja sangat bergantung pada interaksi teman sebaya mereka. Berbagai macam penelitian telah membuktikan bahwa interaksi teman sebaya dapat berpengaruh terhadap gangguan mental emosional pada remaja. Namun, belum ada penelitian yang meneliti Hubungan Interaksi Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental. Maka untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental remaja pada masa pandemik covid-19, berdasarkan hal tersebut dapat dirumuskan pertanyaan yaitu “Apakah ada hubungan antara interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental remaja pada masa pandemik covid-19?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental remaja pada masa pandemi COVID-19 di SMPN 6 Salatiga.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran interaksi teman sebaya pada masa pandemik covid-19 di SMPN 6 Salatiga.
- b. Untuk mengetahui gambaran kesehatan mental remaja di masa pandemik covid-19 di SMPN 6 Salatiga.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di masa pandemik covid-19 di SMPN 6 Salatiga.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak, yaitu :

##### **1. Bagi Peneliti dan Peneliti Selanjutnya**

Peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang telah didapat selama pendidikan, menambah pengetahuan dan pengalaman dalam membuat penelitian ilmiah, selain itu menambah pengetahuan peneliti.

Sebagai bahan informasi bagi peneliti selanjutnya dan sebagai bahan perbandingan apabila ada peneliti yang ini melakukan penelitian dengan judul yang sama atau ingin mengembangkan penelitian ini lebih lanjut.

##### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai bahan bacaan dan informasi serta tambahan referensi dan pengembangan penelitian bagi mahasiswa keperawatan tentang hubungan interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental remaja pada masa pandemik covid-19.

##### **3. Bagi Responden**

Menambah wawasan pengetahuan dan informasi mengenai hubungan interaksi teman sebaya dengan kesehatan mental. Serta sebagai hasil evaluasi responden dalam menjalankan sosialisasi dengan teman sebaya sebagai upaya untuk menjaga kesehatan mental.

#### 4. Bagi Perawat

Memberikan sumber ilmu pengetahuan bagi keperawatan khususnya dalam masalah keperawatan jiwa terkait dengan kesehatan mental remaja. Selain itu sebagai sumber evaluasi bahwa interaksi teman sebaya juga dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja.