

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN MENTAL DENGAN STATUS MENTAL REMAJA

Arni Febrianti¹, Veny Elita², Wan Nishfa Dewi³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Fakultas Keperawatan Universitas Riau Jalan Pattimura No 9 Gedung G Pekanbaru Riau

Kode Pos 28131 Indonesia

arni.febrianti5318@student.unri.ac.id

Abstrak

Remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan mental. Pengetahuan tentang kesehatan mental perlu dimiliki remaja untuk mempertahankan status mentalnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang kesehatan mental dan karakteristik demografi dengan status mental remaja. Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 75 responden yang dipilih dengan teknik *proportional stratified random sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang kesehatan mental dan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat (chi square). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (60%), sebagian besar responden merupakan anak tengah (33,3%), sebagian besar pendapatan keluarga responden tinggi (62,7%) dan mayoritas responden berasal dari etnis Melayu (41,3%). Pengetahuan remaja sebagian besar dalam kategori kurang (38,7%), gambaran status mental remaja sebagian besar dalam kategori abnormal (40%). Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang kesehatan mental dengan status mental remaja dengan $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$. Pengetahuan tentang kesehatan mental memiliki hubungan yang signifikan dengan status mental remaja. Untuk meningkatkan pengetahuan dan mengurangi jumlah status mental abnormal pada remaja, dapat dilakukan intervensi yang berfokus pada edukasi tentang kesehatan mental oleh tenaga kesehatan.

Kata kunci: Pengetahuan, remaja, status mental

Abstract

Adolescents are one of the groups who are vulnerable to mental health problems. Knowledge about mental health needs to be possessed by adolescents to maintain their mental status. This research aimed at determining the relationship between the mental health knowledge and demographic characteristics towards the mental status of adolescents. This research was conducted at SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru with used descriptive correlation design with cross-sectional approach. The sample of this research was 75 participants selected by using proportional stratified random sampling technique. The data collection tools

used were the knowledge questionnaire on mental health and the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) which had been tested for validity and reliability. The data analysis techniques were univariate and bivariate (chi square). The majority of participants are female (60%), most of them are middle children (33.3%), most of the participants' family income is high (62.7%) and the majority of participants are from Malays ethnic (41.3%). Adolescents' knowledge is mostly in the poor category (38.7%), the mental status picture of adolescents is mostly in the abnormal category (40%). There was a significant relationship between mental health knowledge and the mental status of adolescents with $p\text{-value } 0.000 < (0.05)$. Mental health knowledge have a significant relationship with the mental status of adolescents. To increase knowledge and reduce the number of abnormal mental status in adolescents, interventions that focus on education about mental health by health workers could be carried out.

Keywords: *Adolescents, knowledge, mental status*

PENDAHULUAN

Gangguan kesehatan mental pada remaja merupakan salah satu masalah kesehatan yang selalu mengalami peningkatan dari setiap tahun baik di tingkat global maupun di tingkat nasional. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 di Indonesia, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk yang berusia 15 tahun mengalami depresi, prevalensi tertinggi terdapat di Provinsi Sulawesi Tengah yaitu sebanyak 19,8%, prevalensi terendah di Provinsi Jambi sebanyak 3,8%, untuk Provinsi Riau masalah mental emosional sebanyak 10,8%.

Penelitian yang dilakukan oleh Malfasari (2020) tentang mental emosional remaja di Pekanbaru menunjukkan bahwa remaja yang berstatus mental kategori abnormal sebanyak (36,1%), remaja yang berstatus mental kategori normal sebanyak (3,2%) dan remaja yang berstatus mental kategori *borderline* sebanyak (28,7%). Status mental kategori *borderline* merupakan suatu kondisi yang muncul pada seseorang karena terganggunya kesehatan mental. Kondisi *borderline* berisiko memicu gangguan psikososial yang akan memberikan dampak gangguan kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental yang terjadi pada remaja terjadi karena kurangnya literasi tentang kesehatan mental sehingga pengetahuan remaja terhadap kesehatan mental kurang (Novianty, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Julnisa (2020) tentang hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku remaja dengan kesehatan mental di SMAN 4 Palangkaraya dengan jumlah responden 351 orang didapatkan hasil pengetahuan remaja tentang kesehatan mental dalam kategori kurang (51,8%). Kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan mental pada remaja akan memberikan dampak negatif, remaja tidak mengetahui mengenai status kesehatan mentalnya. Kesehatan mental merupakan dasar dalam pertumbuhan dan perkembangan individu (Raufida, 2021).

Kesehatan mental yang baik pada remaja dapat dilihat dari kemampuan dalam menerima dirinya, memelihara rasa aman dan nyaman dengan orang lain, mampu mengelola stress yang dihadapi, mampu melakukan aktivitas dengan baik, menyadari kemampuan yang dimiliki (Direja, 2011). Kondisi kesehatan mental dimulai sejak usia 14 tahun, pada usia tersebut seseorang berada pada masa remaja. Masa remaja merupakan masa perubahan antara masa anak-anak dengan masa dewasa yang sejalan dengan perkembangan kognitif, fisik dan psikososial. Seorang remaja yang

tidak dapat melalui dan mengontrol perubahan dan perkembangan yang terjadi dapat memicu terjadinya gangguan kesehatan mental (Herdianti, 2021).

Gangguan kesehatan mental pada remaja dapat dilihat dari pikiran, perilaku, emosi, dan hubungannya dengan lingkungan sekitar (WHO, 2018). Remaja sering mengalami perasaan khawatir akan kesepian dan merasa tidak aman. Masa remaja sering terjadinya konflik dengan teman sebaya dan orang tua, yang dapat menimbulkan stress sehingga memicu permasalahan pada psikologis maupun sosial. Kecemasan, gangguan mood dan depresi yang berisiko dengan bunuh diri merupakan gangguan kesehatan mental yang sering terjadi pada remaja (WHO 2018).

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental dengan Status Mental Remaja”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi melalui pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi sebanyak 307

siswa dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional stratified random sampling* didapatkan 75 responden. penelitian dilakukan pada tanggal 03-09 Juni 2022 di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru dengan menggunakan kuesioner pengetahuan kesehatan mental dan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang telah dilakukan uji validitas dan reliabelitas.

Dalam melakukan sebuah penelitian yang menggunakan subjek manusia harus memiliki etika penelitian seperti menghormati harkat dan martabat, menghormati privasi responden, adil dan terbuka, memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan. Peneliti telah melakukan uji etik di Fakultas Keperawatan Universitas Riau dengan nomor surat 348/UN.19.5.1.8/KEPK.FKp/22. Dalam proses pengambilan data peneliti memberikan *Informed consent*. Peneliti memberikan kebebasan kepada responden untuk setuju mengikuti penelitian atau menolak mengikuti penelitian. Analisis data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat (*chi-Square*).

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

A. Karakteristik responden

Tabel 1

Karakteristik responden

Karakteristik responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	30	40,0
Perempuan	45	60,0
Urutan kelahiran		
Anak sulung	18	24,1
Anak tengah	25	33,3
Anak bungsu	16	21,3
Anak tunggal	16	21,3
Pendapatan keluarga		
Tinggi	47	62,7
Rendah	28	37,3
Etnis responden		
Minang	23	30,7
Melayu	31	41,3
Jawa	21	28,0
Total	75	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 75 responden yang diteliti di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 45 orang (60%), sebagian besar responden merupakan anak tengah dengan jumlah 25 responden (33,3%), mayoritas pendapatan keluarga responden tinggi berpendidikan terakhir perguruan tinggi 47 responden (62,7%), sebagian besar etnis

responden yaitu Melayu sebanyak 31 responden (41,3%).

B. Gambaran Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental

Tabel 2
Pengetahuan remaja tentang kesehatan mental

Pengetahuan	Jumlah	Persentase
Baik	21	28,0
Cukup	25	33,3
Kurang	29	38,7
Total	75	100

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang kesehatan mental kurang sebanyak 29 responden (38,7%).

C. Gambaran Status Mental Remaja

Tabel 3
Status mental remaja

Status Mental	Jumlah (n)	Persentase (%)
Normal	22	29,3
Borderline	23	30,7
Abnormal	30	40,0
Total	75	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berstatus mental kategori abnormal sebanyak 30 responden (40%).

Analisis Bivariat

Tabel 4
Hubungan pengetahuan dengan status mental

Pengetahuan	Status Mental				P-Value
	Normal	Borderline	Abnormal	Total	
	N	N	N	N	
Baik	10 47,6%	6 28,6%	5 23,8%	21 100%	0,000
Cukup	7 28%	14 56%	4 16%	25 100%	
Kurang	5 17,2%	3 10,3%	21 72,4%	29 100%	
Total	22 29,3%	23 30,7%	30 40%	75 100%	

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mayoritas responden yang memiliki pengetahuan kurang masuk status mental abnormal berjumlah 21 responden (72,4%), sedangkan untuk pengetahuan yang baik diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki status mental normal berjumlah 10 responden (47,6%). Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan tentang kesehatan mental dan status mental remaja.

PEMBAHASAN

Analisi Univariat

A. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 45 responden (60%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Delvita (2019), dengan hasil mayoritas responden dalam penelitiannya yaitu perempuan sebanyak 146 responden (54,9%). perbedaan jenis kelamin melibatkan pengetahuan, pemahaman, kesadaran dan penerimaan sebagai laki-laki atau perempuan. Laki-laki mempunyai kecenderungan untuk berperilaku aktif dan agresif lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan anak tengah yaitu 25 responden (33,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Karina (2017), dengan hasil responden dalam penelitiannya ialah anak tengah perempuan sebanyak 25 responden (25%). Urutan kelahiran bukan hanya sekedar nomor urut, namun berkaitan

dengan reaksi psikologis seseorang yang mampu membentuk persepsi, pengalaman dan kepribadian.

Penelitian yang telah dilakukan terlihat bahwa sebagian besar responden memiliki pendapatan keluarga tinggi sebanyak 47 orang (62,7%). Sependapat dengan penelitian Replita (2016) menyatakan bahwa pendapatan keluarga sangat berpengaruh dengan kemampuan keluarga untuk mendapatkan informasi mengenai kesehatan mental.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berasal dari etnis melayu sebanyak 51 responden (58,6%). Etnis merupakan salah satu dari kebudayaan. Kebudayaan yang dianut dan kebiasaan-kebiasaan sehari-hari dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap serta persepsi seseorang terhadap sesuatu tindakan yang dilakukannya (Notoatmodjo, 2012).

1. Gambaran Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki

pengetahuan tentang kesehatan mental dalam kategori kurang sebanyak 29 responden (38,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian Junisa (2021) pengetahuan remaja tentang kesehatan dalam kategori kurang (51,8%).

Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang menarik dan kesehatan fisik yang baik terutama pada panca indera. Tingkat kematangan usia seseorang berhubungan dengan daya tangkap dan ingatan terhadap suatu informasi yang diterima baik dari media, materi atau buku (Notoatmodjo, 2012).

2. Gambaran Status Mental Remaja

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden masuk kategori status mental abnormal sebanyak 30 responden (40%). Hal ini sejalan dengan penelitian Malfasari (2020) didapatkan remaja masuk kategori status mental abnormal sebanyak 78 responden (36,1%).

Status mental abnormal akan berdampak terhadap perkembangan

remaja, remaja akan sulit dalam memahami pelajaran dan bertingkah laku yang menyimpang seperti berbicara kasar, berkelahi dengan teman sebaya dan orang dewasa, selalu berbohong, suka mencuri dan bahkan menggunakan obat-obatan terlarang. Hal ini dapat menyebabkan tingginya angka kenakalan dan kriminalitas pada saat dewasa (Malfasari, 2020).

Analisi Bivariat

Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental dengan Status Mental Remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden yang memiliki pengetahuan kurang masuk status mental abnormal berjumlah 21 responden (72,4%), sedangkan untuk pengetahuan yang baik diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki status mental normal berjumlah 10 responden (47,6%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi square didapatkan $p \text{ value } 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang

kesehatan mental dengan status mental remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Julnisa (2020) tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja dengan kesehatan mental didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan kesehatan mental. Pengetahuan kesehatan mental yang kurang juga berpengaruh terhadap status mental remaja sehingga remaja kesulitan dalam mengatasi masalah kesehatan mental (Cheng, 2021).

Pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan mental pada remaja dapat membuat remaja sulit dalam menjaga kesehatan mentalnya seperti tidak mampu mempertahankan kualitas hidupnya di masa yang akan datang karena kurangnya informasi yang dimiliki, tidak bisa berpikir tenang, tidak dapat mengambil keputusan yang tepat, kurang menghargai segala kemampuan yang dimilikinya, kurang motivasi untuk memiliki hidup yang lebih baik, tidak mau bekerja keras dan mudah putus asa saat menghadapi kehidupannya

(Rozali, 2021).

Pengetahuan remaja yang kurang tentang kesehatan mental dapat mempengaruhi sikap negatif remaja terhadap gangguan kesehatan mental (Sain, 2020). Menurut Saputra (2018) pendidikan mempengaruhi proses belajar seseorang dalam menerima informasi. Semakin tingginya pendidikan yang dimiliki seseorang akan semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima informasi dan hal ini dapat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan tentang kesehatan mental remaja dapat dipengaruhi oleh informasi yang diterima remaja dari keluarga, lingkungan masyarakat maupun media massa seperti radio, televisi, internet, koran dan majalah (Kurniaseputra, 2015).

Menurut analisa peneliti pengalaman dan lingkungan dapat memberikan pengaruh terhadap sikap seorang remaja. Selain itu, informasi mengenai kesehatan mental juga masih rendah dimiliki oleh remaja, hal ini dikarenakan masih kurangnya fasilitas pelayanan promosi

kesehatan yang didapatkan oleh remaja sehingga remaja kurang memahami masalah kesehatan mental secara mendalam.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan tentang kesehatan mental dengan status mental remaja yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan pengetahuan remaja sebagian besar dalam kategori kurang (38,7%), gambaran status mental remaja sebagian besar dalam kategori abnormal (40%). Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang kesehatan mental dengan status mental remaja. Kurangnya pengetahuan yang dimiliki remaja tentang kesehatan mental dikarenakan remaja kurang mendapatkan informasi tentang hal tersebut. Pengetahuan kesehatan mental yang kurang dapat berpengaruh terhadap status mental remaja sehingga remaja kesulitan dalam mengatasi masalah kesehatan mental.

SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan bahan

masukan untuk menambah kumpulan pustaka, khususnya bidang keperawatan komunitas yaitu terciptanya ide dan gagasan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan mental.

DAFTAR PUSTAKA

- Cheng, S., An, D., Yao, Z., Jing, J., Liu, W., Ning, X., et al. (2021). Association between mental health knowledge level and depressive symptoms among chinese college students. *International journal of environmental research and public health*, 7.
- Devita, Y. (2019). Prevalensi masalah mental emosional remaja di kota Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(1).
- Direja. A. H. (2011). *Asuhan keperawatan jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Herdianti, R., Erika., & Nauli, A. (2021). Hubungan antara rasa syukur terhadap kesehatan mental remaja di SMA 8 Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 11 (2).
- Julnisa, G. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku remaja dengan kesehatan mental di SMAN 4 Palangkaraya. *Skripsi*. Poltekkes kemenkes Palangkaraya
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Karina, N., & Herdiyanto, K. (2017). Perbedaan regulasi diri ditinjau dari urutan kelahiran dan jenis kelamin

- Arni Febrianti, Veny Elita, dan Wan Nishfa Dewi**, Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental dengan Status Mental Remaja remaja bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 79-88
- Kurniaseputra, E., Rahayu, B. M. S., & Livolina, L. (2015). Hubungan pengetahuan dengan sikap kesehatan jiwa remaja di smk x Cimahi. *Jurnal Keperawatan*, 1 1–8
- Malfasari, E., Febtrina, R., & Herniyanti, R. (2020). Kondisi mental emosional pada remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241–246.
- Notoatmodjo S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Novianty, A. (2018). Literasi kesehatan mental: pengetahuan dan persepsi publik mengenai gangguan mental. *Jurnal Magister Psikologi*, 9(2), 68.
- Raufida, S. A., Wardani, I. Y., & Panjaitan, R. U. (2021). Dukungan sosial Teman sebaya dan masalah kesehatan jiwa pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 175–184.
- Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., & Lenggogeni, A. (2021). Meningkatkan kesehatan mental di masa pandemic. *Jurnal Abdimas*, 7(2), 109-113.
- Sain, F. (2020). Gambaran tingkat pengetahuan dan status kesehatan jiwa mahasiswa Universitas Hasanuddin. *Skripsi*. Universitas Hasanuddin. Makassar.
- Saputra, F. A., Ranimpi, Y. Y., & Pilakoannu, R. T. (2018). Kesehatan mental dan koping strategi di Kudangan, Kecamatan Delang, Kabupaten Lamandau Kalimantan Selatan Tengah: suatu studi sosiodemografi. *Indonesian Psychological Journal*, 63-74.
- World Health Organization. (2018). *Mental health: Strengthening our response*. Retrieved Januari 09, 2021, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>