

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN PADA REMAJA TENTANG KESEHATAN JIWA DI SMA N 1 SUSUT BANGLI

Rupawan, I.N¹, Yudhawati, NLP.S², Sri Muryani, N.M³
^{1,2,3}D3 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan KESDAM IX/Udayana
*Korespondensi : nengahdappet@gmail.com

ABSTRACT

Background : Mental health is the condition of a person who is aware of his abilities and is physically, mentally, spiritually and socially healthy. Mental health is no longer just discussing the problem of mental disorders, but healthy and risk groups also need to be known so that people get the right action, one of which is mental health in adolescents. Various studies show that the level of knowledge among adolescents is still lacking about mental health. The aim of this study is knowing the level of knowledge in adolescents about mental health.

Method : This study uses descriptor survey method. Purposive sampling with a total sample of 153 people, namely grade X students at SMA N 1 susut Bangli. The instrument used is a questionnaire in the form of google form.

Results : From the data level of knowledge obtained that most of the knowledge of high school students N 1 Susut Bangli is good with 112 people or 73.2%, based on the management of most of the science majors as much as 89 people or 58.2%, while in terms of age most of the respondents are 15 years old as many as 77 people or 50.3%.

Conclusion : Most of the knowledge of high school students N 1 Susut Bangli has good knowledge about mental health.

Keywords : Adolescents, About, Mental Health.

ABSTRAK

Latar Belakang : Kesehatan jiwa adalah kondisi seseorang yang menyadari kemampuannya serta memiliki sehat fisik, mental, spiritual dan sosial. Kesehatan jiwa tidak lagi hanya membahas tentang masalah gangguan jiwa saja, namun kelompok sehat dan resiko juga perlu diketahui agar masyarakat mendapatkan tindakan yang tepat, salah satunya adalah kesehatan jiwa pada remaja. Berbagai penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan pada remaja masih sangat kurang tentang kesehatan jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan pada remaja tentang kesehatan jiwa.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode pendekatan survey deskriptif. Pengambilan sampel secara purposive sampling dengan jumlah sample 153 orang yaitu siswa kelas X di SMA N 1 susut Bangli. Instrument yang digunakan adalah kuesioner kesehatan jiwa dalam bentuk google form. Data dianalisis dengan univariat analisis.

Hasil : Dari data tingkat pengetahuan didapatkan bahwa sebagian besar pengetahuan siswa SMA N 1 Susut Bangli adalah baik yaitu dengan 112 orang atau 73.2%, berdasarkan jurusan sebagian besar adalah jurusan IPA sebanyak 89 orang atau 58.2%, sementara dari segi umur sebagian besar responden berumur 15 tahun sebanyak 77 orang atau 50.3%.

Simpulan : Sebagian besar pengetahuan siswa SMA N 1 Susut Bangli memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan jiwa.

Kata Kunci : *kesehatan jiwa, pengetahuan, remaja*

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa adalah kondisi seseorang yang menyadari kemampuannya serta memiliki sehat fisik, mental, spiritual dan sosial (Indarjo, 2011). Dalam undang-undang nomor 23 tahun 1992 pasal 24,25,26 dan 27, kesehatan jiwa merupakan kondisi jiwa yang sejahtera dengan kehidupan yang produktif dan harmonis. Ciri ciri kesehatan jiwa yaitu sadar dengan kemampuan, mampu beradaptasi dan mengatasi masalah sebagaimana biasa, mampu melakukan aktivitas, menerima diri sendiri dan membina hubungan baik dengan orang lain (Nasriati, 2013).

Kesehatan jiwa tidak lagi hanya membahas tentang masalah gangguan jiwa saja, namun kelompok sehat dan resiko juga perlu diketahui agar masyarakat mendapatkan tindakan yang tepat, salah satunya adalah kesehatan jiwa pada remaja. Masalah kesehatan jiwa pada remaja terjadi disaat remaja yang tidak mampu untuk beradaptasi dengan perubahan dalam proses pertumbuhan yang sedang di alamnya. Kesehatan jiwa remaja meliputi hal-hal remaja yang menerima diri sendiri, orang lain dan remaja yang mampu mengatasi persoalan hidupnya dengan beradaptasi (Nasriati, 2013).

Fase remaja adalah fase dimana anak berada pada rentang umur 10 tahun sampai 19 tahun. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) 2019, jumlah penduduk di indonesia mencapai 269,6 juta jiwa, sebanyak 44,8 juta jiwa adalah remaja (10-19 tahun) atau sekitar 22% dari jumlah penduduk di Indonesia, artinya 1 dari 4 penduduk di indonesia adalah remaja.

Pada fase remaja, akan terjadi perubahan yang sangat cepat pada aspek sosial, biologis dan psikologis salah satunya kesehatan jiwa (Indarjo, 2011). Saat memasuki masa ini, remaja akan mengalami proses perubahan perkembangannya, sehingga remaja diharapkan mampu beradaptasi dengan dirinya untuk menghindari gangguan perubahan psikologis seperti kesehatan jiwa. Menurut (Wulandari, 2014) Pertumbuhan dan perkembangan masa remaja dapat dibagi menjadi 3 tahap yaitu remaja awal (umur 11-14 tahun) remaja pertengahan (umur 15-17 tahun) dan remaja akhir (18-20 tahun).

Remaja adalah individu yang unik dengan segala proses perkembangan yang harus dilaluinya baik secara fisik dan psikologis atau kesehatan jiwanya. Masa remaja merupakan masa transisi dan merupakan masa yang sulit bagi remaja sehingga kemungkinan akan terjadi perubahan perilaku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat. Kasus

masalah kesehatan jiwa pada remaja biasanya adalah penggunaan NAPZA, merokok, kehamilan remaja, putus sekolah atau bolos sekolah serta kenakalan remaja (Sasmita, 2018).

Pengetahuan tentang kesehatan jiwa pada remaja sangatlah penting, sehingga diharapkan bisa meningkatkan kemampuan remaja untuk menolong dirinya dalam bidang kesehatan jiwa, meningkatkan kesiapsiagaan remaja tentang bahaya kesehatan jiwa, dan meningkatkan dukungan dan peran aktif stakeholders serta meningkatkan remaja melaksanakan perilaku sehat jiwa (Livana, 2018).

Salah satu upaya dalam meningkatkan kesehatan jiwa pada remaja adalah dengan meningkatkan pengetahuan kesehatan jiwa pada remaja tersebut. Pengetahuan kesehatan jiwa pada remaja di pengaruhi oleh informasi yang diterima. Pengetahuan kesehatan jiwa remaja dipengaruhi oleh informasi yang diterimanya, baik yg didapat oleh orang tua, orang lain ataupun media masa. Penelitian yang dilakukan Kurniaseputra, dkk (2016), didapatkan hasil dari 169 responden sebagian besar (66,8%) memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan jiwa remaja dan memiliki pengetahuan kurang adalah 13%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA N 1 Susut Bangli Kelas X dan dilakukan wawancara pada 10 siswa, terdapat 7 dari 10 siswa tidak mengetahui tentang kesehatan jiwa dan hanya mampu menjelaskan orang yang mengalami masalah kesehatan jiwa adalah orang yang mengalami gangguan jiwa seperti yang di rawat di rumah sakit jiwa. Berdasarkan data dari staff bimbingan dan konseling sekolah (BK) SMA N 1 Susut Bangli, bahwa terdapat pelanggaran yang mengacu pada masalah kesehatan jiwa adalah bolos sekolah yang cukup tinggi, yaitu dalam 3 bulan terakhir terdapat setidaknya 15 kasus dimana rata-rata 5 kasus setiap bulanya. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian gambaran tingkat pengetahuan pada remaja tentang kesehatan jiwa di SMA N 1 Susut Bangli.

METODE

Desain penelitian yang digunakan penulis ialah deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 1 Susut Bangli, adapun waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari – Maret 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 1 Susut Bangli kelas X dengan jumlah populasi 248 orang siswa. sampel yang digunakan oleh peneliti, yaitu adalah 153 responden dengan teknik sampling yaitu purposive sampling.

Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan kuisisioner yang dibuat oleh peneliti yang telah diuji validitas dan reliabilitas, yang terdiri dari 20 butir pernyataan yang berisikan pengetahuan siswa tentang kesehatan jiwa pada remaja di

SMA N 1 Susut Bangli, dimana pernyataan tersebut berisikan 13 pernyataan favourable yaitu no. 1, 2, 3, 4, 7, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 19, 20 dan 7 pernyataan unfavourable yaitu no. 5, 6, 8, 10, 16, 17, 18. Pernyataan favourable adalah pernyataan yang memihak atau mendukung objek penelitian, sedangkan pernyataan unfavourable adalah pernyataan yang tidak mendukung atau memihak objek penelitian. Pengetahuan responden bisa dikatakan baik apabila mampu menjawab 16-20 pernyataan (skor 76-100%), responden dikatakan memiliki pengetahuan cukup bila mampu menjawab 10-15 pernyataan (skor 56-75%), dan responden dikatakan memiliki kemampuan kurang jika hanya mampu menjawab 0-9 pernyataan (skor $\leq 50\%$). Bila responden menjawab benar maka akan diberikan nilai 1, dan bila responden menjawab salah maka akan mendapat nilai 0.

Setelah data terkumpul kemudian dilakukan analisa data dengan analisis univariat dimana yang diteliti adalah tingkat pengetahuan pada remaja tentang kesehatan jiwa di siswa SMA N 1 Susut Bangli. Tingkat pengetahuan pada remaja tentang kesehatan jiwa di pada siswa SMA N 1 Susut BANGLI diukur dengan lembar kuesioner. Jumlah tingkat pengetahuan yang diukur sebanyak 20 butir pernyataan. Pernyataan favourable di beri nilai 1, sedangkan pernyataan unfavourable diberikan nilai 0.

HASIL

Hasil penelitian ditampilkan dalam bentuk tabel berikut ini :

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan Karakteristik jenis kelamin di SMA N 1 susut

No	Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Laki-laki	64	41.8
2	Perempuan	89	58.2
Total		153	100.0%

Berdasarkan pada tabel 1 dari 153 responden dapat dilihat bahwa sebagian responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 89 orang (58.2%), dan laki-laki sebanyak 64 orang (41.8%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan Karakteristik usia di SMA N 1 susut

No	Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	15	77	50.3
2	16	71	46.4
3	17	5	3.3
Total		153	100.0

Berdasarkan hasil tabel 2 dapat dilihat sebagian besar umur responden yaitu sebagian besar berusia 15 tahun sebanyak 77 orang (50.3%), 16 tahun sebanyak 71 orang (46.4%).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan Karakteristik tingkat pengetahuan di SMA N 1 Susut

No	Tingkat pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	6	3.9
2	Cukup	35	22.9
3	Baik	112	73.2
Total		153	100.0

Berdasarkan hasil tabel 3 di atas didapatkan bahwa sebagian tingkat pengetahuan responden yaitu baik sebanyak 112 orang (73.2%), cukup sebanyak 35 orang (22.9%), dan yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (3.9%).

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan Karakteristik jurusan di SMA N 1 susut

No	Jurusan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	IPA	89	58.2
2	IPS	53	34.6
3	BABUD	11	7.2
Total		153	100.0

Berdasarkan data tabel 4 dapat dilihat bahwa sebagian besar yang menjawab adalah kelas IPA yaitu 89 orang (58.2), dan IPS sebanyak 53 orang (34.6), dan BABUD sebanyak 11 orang atau (7.2%).

PEMBAHASAN

Siswa SMA merupakan peserta didik yang akan menyelenggarakan perluasan pengetahuan dan meningkatkan ketrampilan (Bintarko, 2016). Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman manusia itu sendiri dan pengetahuan akan bertambah sesuai dengan proses pengalaman yang dialaminya (Mubarak, 2011).

Berdasarkan tabel diatas karakteristik siswa SMA N susut berdasarkan jurusan bahwa kelas IPA yaitu 89 orang (58.2), dan IPS sebanyak 53 orang (34.6), dan bahasa budaya sebanyak 11 orang atau (7.2%). Dalam penelitian ini didapatkan bahwa anak IPA memiliki pengetahuan kesehatan lebih baik di bandingkan dengan siswa dengan jurusan IPS ataupun jurusan bahasa budaya. (Anggraeni dan Prihanto, 2018) mengatakan bahwa jurusan siswa SMA juga memiliki pengetahuan lebih baik terhadap kemampuan penguasaan kompetensi pendidikan kesehatan.

Sebagian besar reponden adalah perempuan dari 153 responden dapat dilihat bahwa sebanyak 89 orang (58.2%) adalah perempuan, dan laki-laki sebanyak 64 orang (41.8%). Berdasarkan asumsi peneliti bahwa perempuan lebih memiliki ketertarikan dengan ilmu kesehatan, karena sebagian besar perempuan lebih tertarik dengan jurusan kesehatan jika

nantinya ingin melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prayoga (2009) yang menyatakan bahwa di lapangan kerja tenaga medis atau perawat lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki, dan biasanya perempuan lebih luwes dalam melakukan pelayanan keperawatan kepada pasien dibandingkan dengan laki-laki. Sementara bila di kelompokkan dari segi umur sebagian besar umur responden yaitu 15 tahun sebanyak 77 orang (50.3%), 16 tahun sebanyak 71 orang (46.4%), dan 17 tahun sebanyak 5 orang (3.3%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA N 1 susut didapatkan data tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan jiwa pada remaja bahwa sebagian besar atau 112 responden memiliki pengetahuan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eko S (2015) didapatkan hasil dari 169 responden sebagian besar (66,8%) memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan jiwa remaja, dan memiliki pengetahuan kurang adalah 13% . Pengetahuan kesehatan jiwa remaja dipengaruhi oleh informasi yang diterimanya, baik yang didapat oleh orang tua, orang lain ataupun media masa. Peningkatan pengetahuan yang dimiliki remaja tidak sebatas menyebabkan perilaku ataupun pemahaman remaja tentang kesehatan jiwa.

Penelitian yang dilakukan Ayu Wulandari (2018) tentang Gambaran kesehatan jiwa remaja di Kelurahan Darat Kecamatan Medan Baru menunjukkan mayoritas responden memiliki masalah hubungan dengan teman sebaya dengan jumlah normal 10 orang (11,9%), borderline 41 orang (48,8%), dan abnormal 33 (39,3%).

Berdasarkan penelitian ini adapun cara untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan jiwa pada remaja. Salah satunya adalah usaha kesehatan jiwa sekolah program ini dapat meningkatkan kesehatan jiwa remaja, dimana dengan UKSJ siswa diberikan pendidikan kesehatan terkait pencegahan perilaku yang mengarah pada resiko terjadinya masalah kesehatan jiwa pada remaja. Program kegiatan UKJS meliputi: Pendidikan Kesehatan tentang perilaku agresif, pergaulan bebas penyalahgunaan NAPZA, pelayanan dibidang kesehatan jiwa (akibat perilaku agresif) berupa pemantauan kesehatan jiwa dan deteksi dini perilaku agresif remaja dilingkungan sekolah maupun luar sekolah, melakukan terapi kelompok terapeutik pada siswa remaja serta melatih kemampuan dalam manajemen stres dan emosi bagi siswa.

SIMPULAN

Penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan siswa SMA N 1 susut kelas X tentang kesehatan jiwa pada remaja disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan responden yaitu baik.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran tingkat pengetahuan siswa SMA N 1 Susut tentang kesehatan jiwa pada remaja saran yang dapat disampaikan adalah Sekolah diharapkan dapat menambah wawasan siswa tentang masalah kesehatan jiwa pada remaja, salah satunya adalah usaha kesehatan jiwa sekolah karena program ini dapat meningkatkan kesehatan jiwa remaja, dimana dengan UKSJ siswa diberikan pendidikan kesehatan terkait pencegahan perilaku yang mengarah pada resiko terjadinya masalah kesehatan jiwa pada remaja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis ucapkan kepada Kepala Sekolah SMA N 1 Susut yang telah mengizinkan penelitian berlangsung pada remaja yang ada di sekolah. Terimakasih pula kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, A.D. dan Prihanto, J.B. (2018). Perbandingan Penguasaan Kompetensi Matakuliah Pendidikan Kesehatan Sekolah antara Mahasiswa Lulusan SMA jurusan IPA dan IPS. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 6, No. 2, pp. 203-307.
- Bintarko, Aris. (2016). Minat Siswa Kelas XI SMA N 1 Pundong Kabupaten Bantul terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tahun Ajaran 2015/2016. Skripsi.
- Indarjo, S. (2011). Kesehatan Jiwa Remaja. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 48–57. <https://doi.org/10.15294/kemas.v5i1.1860>
- Kurniaseputra, E., Rahayu, BMS., Livolina, L. (2016). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Kesehatan Jiwa Remaja di SMK X Cimahi. *Jurnal Kesehatan "Caring and Enthudiasm"*, Vol. 5, No. 1, pp. 1-8.
- Livana. (2018). Gambaran Kesehatan Jiwa Masyarakat. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Vol. 6, No. 1, pp. 60–63.
- Mubarak, W. 2011. Promosi Kesehatan Masyarakat untuk Kebidanan. Jakarta. Salemba Medika
- Nasriati, R. 2013. Deteksi Dini Masalah Kesehatan Jiwa Remaja pada Keluarga TKI. *Jurnal Florence*. Vol. 4, No. 1, pp. 1-6.
- Prayoga, G. 2009. Kesetaraan Gender Perawat Laki-laki dan Perawat Perempuan dalam Pelayanan Kesehatan. *Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Sebelas Maret*.
- Sasmita, H. (2018). Peningkatan Kesehatan Jiwa Remaja Melalui Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah (uksj) di SMU 12 Kota Padang. *Menara Ilmu*, XII(6), 111–118.
- Wulandari, Ade. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*. Vol. 2, No. 1, pp. 39-43.