

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kondisi mental remaja dan anak di Indonesia saat ini memprihatinkantebukti dari data kesehatan 2007 yang mengalami gangguan kesehatan mental dan emosional pada kategori anak dan remaja sebesar 11,6 % yaitu dengan jumlah sekitar 19 juta (solopos, 2011). Beberapa kasus dikota mencerminkan bahwa kasus kesehatan mental anakremaja tidak hanya terjadi pada satu jenjang pendidikan saja semisal SMA, akan tetapi kasus tersebut dialami siswa sejak dibangku TK hingga perguruan tinggi (Fatchurahman & Praktikto, 2012). Kesehatan mental menurut Young (dalam Hadjam & Widhiarso, 2011) merupakan status mental individu yang berfungsi secara optimal. Kesehatan mental anak seringkali diabaikan para orang tua. Padahal jika ingin generasi muda yang berkualitas, hal tersebut harus menjadi perhatian utama. Anak-anak membutuhkan dukungan untuk mencegah peningkatan depresi dan gangguan mental lain karena kesehatan mental anak dan remaja memiliki kaitan erat dengan keberhasilan akademik. Meningkat angka bunuh diri dalam 10 tahun terakhir yaitu sebelumnya dari 8,7% pada tahun 2005 menjadi 11,3% pada tahun 2014 dari sekitar 172.000 pada kategori remaja yang diakibatkan oleh depresi (Sulaiman, Detikhealth.com, 2016). Fenomena lain juga menunjukkan bahwa para pelajar yang

mengalami kesukaran perilaku dan emosi disekolah sering mengalami kegagalan akademik dan sejumlah interaksi sosial yang negatif (Faturachman, 2012).

Kesehatan mental menurut Almeida berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki seorang individu untuk beradaptasi dengan adanya perubahan bukan hanya sekedar terbebasnya individu dari macam-macam gangguan psikologis (Hadjam & Widhiarso, 2011). Remaja dan anak rentan menghadapi berbagai permasalahan pada tahap perkembangannya. Masa remaja disebut sebagai usia bermasalah karena ini ciri yang menjadi pembeda dari periode sebelumnya ke periode selanjutnya. Usia tersebut merupakan usia yang seharusnya masih membutuhkan perhatian penuh dari orang tua. Remaja menurut Arta & Suriyadi (2013) memilih untuk dapat mengambil keputusan sendiri meskipun terkadang mengalami kesulitan dan kebingungan. Hal tersebut menggambarkan bahwa pada remaja terdapat perubahan drastis, dari keadaan yang bergantung dengan orang lain menuju masa dimana dituntut untuk mampu mengambil keputusan sendiri (mandiri di masa dewasa).

Kemandirian remaja dalam mengambil keputusan atas permasalahannya melibatkan kemampuan berpikir mereka, apakah sanggup untuk melaksanakannya secara mandiri atau tidak. Ketika menghadapi permasalahan, seorang remaja harus memiliki suatu kemampuan atau keyakinan agar dapat menemukan jalan keluar terhadap permasalahannya. Menurut Monks (dalam Arta & Supriyadi, 2013) hal ini disebabkan remaja awal yang kisaran usianya 12-15 tahun, kurang dapat mengontrol diri sendiri. Hal ini sering terjadi ketika remaja meyakinkan orang-orang disekitarnya

dengan emosi yang berlebihan, bingung untuk memutuskan setiap tindakan yang diambilnya (Santrock, 2007).

Penelitian mengenai masalah mental emosional yang dilakukan Diananta (2012) dengan judul perbedaan masalah mental dan emosional berdasarkan latar belakang pendidikan agama (studi kasus SMP negeri 21 Semarang dan SMP Islam Al azhar 14 Semarang) diperoleh hasil di SMP Negeri 21 Semarang didapatkan 11.4 % gejala emosional borderline dan 14.3% abnormal sedangkan di SMP Islam Al Azhar 14 Semarang didapatkan 5.7% gejala emosional borderline dan 10% abnormal. Masalah mental dan emosional yang tersering berkaitan dengan gangguan emosi, depresi, suka menentang dan gangguan perilaku. perilaku atau tindakan yang dimunculkan oleh individu menurut Arta dan Supriyadi (2013) masing-masing tergantung dari kondisi emosi dan pikiran yang muncul sebelum mereka memutuskan untuk melakukan sesuatu.

Berdasarkan data awal yang dilakukan oleh peneliti dengan penyebaran skala SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*) menunjukkan bahwa besarnya siswa SMP di Surakarta mengalami emosional. Hal ini dibuktikan melalui pengisian skala kepada 189 siswa kelas 7,8 dan 9 pada hari Selasa tanggal 16 Agustus 2016. Diperoleh sebesar 39,1% terindikasi mengalami masalah emosional, 1,8% siswa terindikasi mengalami masalah prososial, 41,8% siswa terindikasi mengalami masalah conduct, serta 10,9% siswa yang terindikasi mengalami masalah pertemanan.

Pada masa ini menurut Ali & Asrori (2010) remaja usia 13 sampai usia 18 tahun mengalami perkembangan untuk mencapai kematangan fisik, mental, sosial,

dan emosional. Pada masa transisi ini remaja memiliki energi yang besar dan emosi yang berkobar-kobar, namun pengendalian diri mereka belum sempurna, sehingga pada masa ini biasanya dirasakan sulit bagi remaja sendiri maupun bagi keluarga. Remaja juga mengalami krisis perkembangan yang menyebabkan perubahan hormonal dan juga perubahan sikap lingkungan sehingga lebih memicu terjadinya masalah emosi (Wiguna, Samuel, Manengkei, Pamela, Muhammad, Atika, 2010). Hasan Basri juga mengungkapkan bahwa remaja mengalami perubahan dan perkembangan yang meliputi fisik-biologisnya, oleh karena itu menimbulkan beberapa permasalahan yang erat kaitannya dengan perasaan dan pemikiran serta perkembangan emosi (Dewi, 2016). Masa transisi yang dialami remaja membuat remaja mencoba menyelesaikan permasalahannya dengan cara mereka masing-masing. Saat ini banyak remaja yang belajar dari internet dan juga teman sebaya. Tak jarang orang tua menganggap bahwa remaja remaja mampu menjaga diri sendiri dan menyelesaikan segala sesuatu dengan cara mereka sendiri. Pada kenyataannya, remaja masih membutuhkan bimbingan dari orang dewasa. Banyak remaja yang berlaku tidak sesuai dengan norma masyarakat, dan kemudian remaja dicap sebagai anak-anak nakal yang tidak tahu aturan. Tak jarang juga sekolah dapat menjadi lingkungan yang justru menimbulkan masalah emosi dan perilaku pada anak dan remaja yang mejadi siswa (Fatchurahman & Praktikto, 2012). Larsen, Raffaelli, Ham & Jawel mengungkapkan bahwa remaja yang kurang mampu mengelola emosinya dengan baik akan rentan terhadap depresi, cemas, stres, dan gangguan psikis lainnya (Fitriani & Alsa, 2015)

Penelitian yang dilakukan Wiguna, Samuel, Manengkei, Pamela, Muhammad, Atika (2010) di Singapura, 12,5% anak usia 6–12 tahun memiliki masalah emosi dan perilaku. Salah satu faktor yang dikaitkan dengan timbulnya masalah ini adalah kehidupan di kota besar yang penuh dengan tuntutan dan tekanan bagi perkembangan dan pertumbuhan anak dan remaja, sedangkan faktor usia anak, jenis kelamin, dan pekerjaan orangtua hampir dikatakan tidak berpengaruh terhadap timbulnya masalah tersebut. Kepala sekolah, guru, terlebih guru BK sangat memahami bahwa setiap siswa yang datang ke sekolah membawa permasalahannya masing-masing yang tidak jarang sangat kompleks dan melebihi kapasitas kemampuan siswa untuk menyelesaikannya (Fatchurahman & Praktikto, 2012). Di setiap sekolah tersedia BK untuk setiap siswa yang ingin menyelesaikan masalahnya namun keberadaan BK untuk memfasilitasi siswa yang ada di sekolah yang seharusnya bisa menjadi rujukan para siswa yang ingin menyelesaikan masalahnya kurang dimanfaatkan oleh siswa di beberapa sekolah.

Ketika di sekolah remaja sebagian lebih nyaman curhat ke teman sebaya yang dirasa dekat dengannya dan dianggap bisa menjaga rahasia dari orang lain. Mencari bantuan sebagai proses dalam merespon masalah menurut Nurhayati (2015) yang tidak dapat dipecahkan sendiri, meliputi usaha secara aktif dan melibatkan pihak ketiga. Dalam hal pemilihan sumber bantuan ini, individu memiliki beberapa kecenderungan untuk memilih sumber-sumber bantuan dalam mengatasi masalahnya. Namun kenyataannya bahwa dari hasil penelitian yang dilakukan Salinah (2011) menunjukkan bahwa tidak satupun dari siswa internasional Malaysia meminta

bantuan dari pusat konseling universitas mereka. Menurut (Sulaiman, Detikhealth.com, 2016) berdasarkan hasil penelitian Anne Glowinski juga mengungkapkan rendahnya remaja yang mencari bantuan profesional baik ke pihak sekolah maupun ke psikolog psikiater psikiater ketika memiliki masalah. Menunjukkan bahwa kurangnya pemahaman seseorang dalam perilaku mencari bantuan pada tempat yang tepat.

Batuadji, Atamimi, Sanmustari (2013) menggambarkan kenyataannya bahwa bahwa konselor sekolah yang di Indonesia dikenal dengan istilah Guru Bimbingan dan Konseling (BK) menghadapi permasalahan lain seputar persepsi siswa yang negatif terhadap mereka. Peranan Guru BK di SMP menjadi sangat penting, mengingat bahwa siswa pada jenjang pendidikan ini tengah memasuki masa remaja awal yang dikenal sebagai masa topan badai (*storm and stress*). Pelayanan Bimbingan dan Konseling yang ada di sekolah diharapkan mampu menjalankan fungsinya secara efektif. Menurut Afiatin mengungkapkan bahwa banyak siswa yang menolak untuk datang menemui guru BK meskipun mereka bermasalah ini disebabkan persepsi siswa terhadap keberadaan guru BK yang kurang baik seperti 'polisi sekolah' itu menjadi anggapan pada siswa disekolah (Batuadji, Atamimi, Sanmustari, 2013). Rezkisari mengungkapkan bahwa remaja butuh perlu meminta bantuan pada guru karena mereka berinteraksi sejak remaja memasuki bangku sekolah dan meminta bantuan pada teman namun harus selektif (Republika.co.id, 2017).

Salah satu contohnya adalah menurut Suryaratri (dalam Mursyidawati, Siswati, Widodo 2010) mengungkapkan bahwa di Indonesia, siswa yang paling membutuhkan bantuan justru enggan mencari bantuan. Selain itu Suzy mengungkapkan bahwa yang menjadi masalah pada remaja yang mengalami depresi lebih menarik diri bukan meminta bantuan ke dokter atau ke psikolog (Detikhealth.com, 2013). Fenomena yang dialami oleh seorang wanita berinisial Y yang merasa putus asa yang disebabkan gagalnya operasi kanker wajah membuatnya berbagi cerita ke sosial media setelah ia mengenal internet meskipun mendapat banyak orang yang berkomentar buruk padanya (Yulee, Liputan6.com, 2017).

Dari paparan diatas menunjukkan bahwa kurangnya pemahaman remaja yang mengalami masalah emosional cara untuk menyelesaikan masalahnya pada pihak yang tepat. Beberapa penelitian sebelumnya banyak membahas mengenai perilaku mencari bantuan dibidang kesehatan dan akademik, untuk perilaku mencari bantuan pada psikologis siswa terutama masalah emosional belum ada yang meneliti. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti akan mencermati “Bagaimana Perilaku Mencari Bantuan Siswa yang Terindikasi Mengalami Masalah Emosional di SMP Muhammadiyah 8 Surakarta”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan perilaku mencari bantuan pada siswa yang terindikasi masalah emosional.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu menjeaskan bagaimana perilaku mencari bantuan pada siswa yang terindikasi masalah emosional.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Bagi guru dari hasil penelitian ini, dapat untuk menyusun strategi dalam usaha pencegahan pada siswa disekolah yang belum mengalami masalah emosional.

b. Bagi Orang Tua

Bagi orangtua dari subjek, dengan membaca hasil penelitian ini, mereka dapat lebih memahami kondisi anak mereka sehingga dapat lebih bijaksana dalam bertindak dan dapat memahami perkembangan dan tindakan yang tepat untuk remaja yang mengalami masalah emosional.