

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental menurut *World Health Organization* (WHO, 2008) merupakan keadaan dimana fisik dari seseorang yang meliputi mental atau rohani serta sosialnya sehat secara utuh dan bebas dari suatu kecacatan mental. Konsep kesehatan menurut WHO juga meliputi kesejahteraan subjektif, kekuatan diri yang dirasakan, otonomi, kompetensi, ketergantungan antar generasi dan pengakuan kemampuan untuk mewujudkan potensi intelektual pada seseorang.

Menurut Astutik & Dewi (2022) data kesehatan mental yang ditemukan adalah gangguan emosional yang terjadi pada usia remaja yaitu 15 tahun keatas dan meningkat dua kali lipat dari 4,4% hingga 8,4%. Data diperkuat oleh Bruckauf (2017) yang memberikan gambaran gejala non klinis kesehatan remaja, seperti harga diri rendah, perasaan mudah tersinggung, gugup, dan mengalami kesulitan tidur. Menurut penelitian dari Malfasari *et al.*, (2020) mengatakan bahwa prevalensi orang dengan gangguan kesehatan mental di dunia dalam rentang usia 10-19 tahun kondisi kesehatan mental mencakup 16% dari beban penyakit dan cedera global. Gangguan mental lebih sering terjadi pada anak perempuan, 1 dari 4 anak perempuan atau sebesar 23,9% mengalami gangguan kesehatan mental, sedangkan presentasi gangguan mental pada anak laki-laki sebesar 10,3% atau 1 dari 10 anak (Clarke *et al.*, 2020).

Penelitian yang dilakukan Prihatiningsih & Wijayanti (2019) menyatakan bahwa gangguan mental banyak terjadi di negara Kolombia, Meksiko, Amerika Serikat, Nigeria, Afrika Selatan, Libanon, Belgia, Perancis, Jerman, Israel, Italia dan Indonesia. Berdasarkan data epidemiologi global ditemukan prevalensi sebesar 12-13% anak dan remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental. Diketahui data kesehatan mental nasional menurut penelitian Fashan *et al.*, (2023) ditemukan 1 dari 3 remaja Indonesia (15,5 juta) memiliki masalah kesehatan mental. Data dari Riset Kesehatan Dasar (2018) di provinsi Jawa Timur terdapat 6,8% gangguan emosional terjadi pada rentang usia 15–24 tahun. Gangguan emosional pada laki-laki sebesar 10% dan 7,6% pada perempuan.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental menurut Rahmawaty *et al.*, (2022) adalah pengaruh dari teman sebaya dan pola asuh orang tua. Pola asuh sangatlah mempengaruhi cara anak berperilaku dan membentuk karakter secara menyeluruh. Menurut Reza *et al.*, (2022) jenis pola asuh terdapat 3 bentuk yaitu pola asuh permisif, otoriter, dan toleran. Selain itu, rasa syukur terhadap diri sendiri juga dapat mempengaruhi fungsi positif diri serta kesehatan mental remaja, seperti harga diri.

Harga diri pada remaja adalah proses pembentukan harga diri yang berlangsung sejak anak-anak hingga remaja. Harga diri berkembang dari interaksi sosial dan pengalaman individu, baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan. Hal ini dapat membentuk harga diri positif atau harga diri negatif pada remaja (Engel, 2014). Menurut penelitiannya harga diri rendah dapat menyebabkan ketidaknyamanan secara emosional sehingga dapat

memicu timbulnya permasalahan. Dampak yang terjadi pada remaja adalah munculnya emosional yang tidak stabil dan perilaku yang buruk mengenai diri sendiri. Remaja yang mengalami harga diri rendah juga akan merasa selalu gagal dalam pencapaiannya, tidak bersemangat, tidak berdaya dan kurangnya rasa percaya diri. Berbeda dengan remaja yang memiliki harga diri yang tinggi, ia akan selalu merasa aman, gembira, ketenangan, mendapatkan cinta, dan dapat mengendalikan diri, sehingga dapat mengatasi masalah yang terjadi pada dirinya.

Hasil dari penelitian Azmi *et al.*, (2022) di Arab Saudi menunjukkan sebanyak 41% remaja mengalami harga diri rendah yaitu 38% perempuan dan 45% pada laki-laki. Selain itu, di negara Vietnam juga telah melakukan penelitian yaitu terdeteksi prevalensi 19,4% remaja mengalami harga diri rendah dikarenakan stress pendidikan yang tinggi serta kekerasan fisik dan emosional yang dilakukan oleh orang tua atau orang dewasa lainnya dalam rumah tangga merupakan faktor risiko utama yang menyebabkan harga diri rendah (Nguyen *et al.*, 2019). Menurut data riskesdas Riset Kesehatan Dasar, (2018) membuktikan bahwa pravelensi harga diri rendah di Indonesia sebanyak 6,7%, dan di dapatkan data Jawa Timur menduduki peringkat 20 yaitu dengan presentase 6,4%, Surabaya tercatat 18,8%, sedangkan di Malang 29,6% (Riset Kesehatan Dasar, 2007)

Mahasiswa termasuk usia remaja yang rentan mengalami harga diri rendah dikarenakan tidak berhasil menyesuaikan dengan lingkungan baru, gagal menghadapi berbagai masalah, termasuk dalam membangun hubungan dengan orang lain. Mahasiswa yang sulit beradaptasi dapat mengalami gangguan

interaksi dengan lingkungannya baik dengan dosen, senior, atau teman sebaya. Selain itu, gangguan metode belajar yang bisa menyebabkan terhambatnya proses akademis (Puspita, 2014).

Salah satu terapi yang dapat meningkatkan harga diri mahasiswa adalah *Self Help Group* (SHG). SHG adalah terapi kelompok yang bisa dibentuk pada mahasiswa untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi diri dan sosial. SHG juga membantu mahasiswa untuk memahami bahwa ia tidak akan merasa sendiri (Sugiyono & Asparati, 2016). Hasil dari penelitian Purnomo & Suciati, (2020) jika SHG berpengaruh besar akan membantu, khususnya pada mahasiswa baru dalam meningkatkan harga dirinya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang di dapatkan hasil 60% orang mahasiswa baru Fakultas Kesehatan, menyatakan bahwa mereka merasa gaga; menjadi mahasiswa karena sulit untuk beradaptasi dengan jadwal yang diberikan. Selain itu, mereka juga sulit untuk bersikap positif terhadap dirinya karena tidak bisa mencapai kebahagiaan dalam hidupnya akibat ketidakmampuan dalam beradaptasi, baik di dalam lingkungan institusi, keluarga, dan masyarakat pada umumnya. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa cenderung mengalami harga diri rendah yang dapat menimbulkan rasa malu jika berada diantara orang lain atau situasi yang terasa asing untuk dirinya (Puspita, 2014).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Self Help Group* Terhadap Harga Diri Mahasiswa Baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik”.

## 1.2 Rumusan Masalah

“Apakah Ada Pengaruh *Self Help Group* (SHG) Terhadap Harga Diri Mahasiswa Baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik?”.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum :

Menganalisis Pengaruh Terapi *Self Help Group* (SHG) Terhadap Harga Diri Mahasiswa Baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik”

### 1.3.2 Tujuan Khusus :

1. Mengidentifikasi harga diri mahasiswa baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik sebelum dilakukan terapi *Self Help Group* (SHG).
2. Mengidentifikasi harga diri mahasiswa baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik setelah dilakukan terapi *Self Help Group*.
3. Menganalisis pengaruh terapi *Self Help Group* (SHG) terhadap harga diri mahasiswa baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian dalam bentuk publikasi dapat dijadikan sumber atau literature tambahan untuk Ilmu pengetahuan khususnya Ilmu Keperawatan Jiwa terkait Pengaruh *Self Help Group* Terhadap Harga Diri Mahasiswa Baru di

Universitas Muhammadiyah Gresik sehingga dapat direalisasikan pada teman-teman sejawat ataupun teman-teman sebaya. Sumber ini juga dapat dijadikan sebagai bahan alternative terapi untuk meningkatkan harga diri rendah ke harga diri tinggi melalui Terapi *Self Help Group* tersebut.

#### **1.4.2 Manfaat Praktisi**

##### **1. Bagi Universitas**

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran bagi Universitas Muhammadiyah Gresik terkait Pengaruh *Self Help Group* terhadap Harga Diri Mahasiswa Baru di Universitas Muhammadiyah Gresik sehingga dosen dan mahasiswa bisa bekerja sama untuk lebih memperhatikan psikososial mahasiswa terutama mahasiswa baru agar dapat mengantisipasi terjadinya harga diri rendah pada mahasiswa.

##### **2. Bagi Penulis**

Memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan terapi *Self Help Group* dalam meningkatkan Harga Diri Mahasiswa Baru Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

##### **3. Bagi Mahasiswa**

Menambah Pengetahuan dan kemampuan untuk penanganan secara efektif dan tepat jika terjadi masalah psikososial khususnya Harga diri Rendah.