

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Semua manusia yang hidup di dunia ini pasti memiliki keinginan untuk menjadi sehat. Kesehatan merupakan suatu hal yang mahal harganya. Ketika kita sakit, kita akan melakukan segala cara agar menjadi sehat kembali apapun yang harus dikorbankan. Sebagai umat muslim rezeki yang paling utama adalah kesehatan. Akan tetapi menjadi sehat itu tidak hanya seseorang yang terhindar dari penyakit yang bersifat fisik, tetapi juga yang terhindar dari penyakit jiwa atau mental. Hal ini sesuai dengan pepatah yang sudah sangat umum kita dengar di telinga kita yaitu “Dibalik tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat” yang jika kita pahami kedua aspek yang disebutkan yaitu mental dan fisik keduanya saling mempengaruhi dan saling mendukung untuk mencapai apa yang kita pahami sebagai sehat.

Kesehatan mental merupakan bagian dari definisi sehat menurut WHO dengan gabungan dari keadaan fisik, dan sosial yang lengkap atau sejahtera dan juga tidak adanya penyakit dan kelemahan dan saling berhubungan antara kesehatan mental dengan kesehatan fisik dan perilaku.<sup>1</sup> WHO sendiri mendefinisikan secara terpisah mengenai kesehatan mental yaitu kondisi manusia yang sejahtera karena telah menyadari potensi dirinya, dan mampu mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dan mampu memberdayakan diri

---

<sup>1</sup> Elly Yuliandari and Gunadirin, “Kesehatan Mental Anak Dan Remaja,” in *Kesehatan Mental Anak Dan Remaja* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2018), 1–13.

secara produktif dan menghasilkan, dan dapat memberikan kontribusi kepada komunitas.<sup>2</sup> Kesehatan mental sendiri secara umum adalah suatu keadaan individu yang memungkinkan berkembang segala aspek perkembangan seperti fisik, intelektual, dan emosi secara optimal dan juga seirama atau selaras dengan perkembangan yang dialami orang lain, sehingga berikutnya sanggup berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya.<sup>3</sup>

Kesehatan mental yang terimplementasi pada individu akan menjadi orang yang sehat secara mental memiliki karakteristik atau ciri-ciri yang bisa kita lihat dan rasakan, seperti terlindungi dari gangguan jiwa, baik dari segi neurosa (gangguan jiwa) atau psikosa (penyakit jiwa), sanggup menyesuaikan diri, sanggup memanfaatkan potensi diri dengan maksimal dan bisa mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain.<sup>4</sup>

Hingga sekarang cukup banyak beberapa organisasi yang saat ini terus menggalakkan kesehatan mental, salah satu diantaranya adalah *The World Federation for Mental Health* dan *The World Health Organization (WHO)*. Di Indonesia sendiri akses terhadap fasilitas dan pemeriksaan kesehatan mental cukup memadai seperti ketersediaan Psikolog di fasilitas kesehatan primer (puskesmas) untuk memberikan layanan kesehatan jiwa kepada masyarakat, Undang-Undang Kesehatan Jiwa mengamanatkan setiap provinsi untuk memiliki setidaknya satu rumah sakit kesehatan jiwa, dan juga ketersediaan layanan kesehatan jiwa diharapkan dapat mengurangi pengobatan tradisional gangguan jiwa yang lazim dilakukan oleh sebagian

---

<sup>2</sup> Ibid.

<sup>3</sup> Diana Vidya Fakhriyani, "Kesehatan Mental," in *Kesehatan Mental* (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019). 11

<sup>4</sup> Ibid. 13-14

masyarakat, dan juga langkah kemenkes Perkuat Jaringan Layanan Kesehatan Jiwa di Seluruh Fasyankes. Kementerian Kesehatan Indonesia sedang mengembangkan jaringan layanan kesehatan jiwa di seluruh fasilitas kesehatan (fasyankes) untuk mengatasi masalah kesehatan mental di masyarakat.

Akhir-akhir ini topik mengenai kesehatan mental menjadi topik hangat di kalangan anak muda sehingga sering menjadi perbincangan. Konten-konten edukasi dan informasi dalam meningkatkan kesehatan mental banyak sekali saat ini. Kemudahan akses internet membuat perkembangan dalam menyebarkan konten-konten mengenai kesehatan mental. Kita bisa dengan mudah mencari di media sosial. Dengan internet ketersediaan assesment secara online dan informasi dalam meningkatkan kesehatan mental sudah tersedia banyak dan mudah diakses.

Dengan berbagai macam perkembangan dalam memberikan layanan kesehatan mental seharusnya mampu memberikan efek kepada masyarakat khususnya remaja dalam meningkatkan pemahaman dan meningkatkan kesehatan mentalnya, namun pada kenyataannya indeks kesehatan mental pada anak dan remaja di indonesia tidak seperti harapannya. Berdasarkan *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey 2022*, lebih dari 15 juta remaja mengalami masalah mental dan 2,45 juta remaja mengalami gangguan mental dalam 12 bulan terakhir.<sup>5</sup>

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental anak diantaranya seperti faktor internal yaitu kondisi pembawaan peserta didik

---

<sup>5</sup> Ahmad Arif, "Krisis Kesehatan Mental Melonjak Di Kalangan Remaja," Kompas, 2023, <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/05/03/krisis-kesehatan-mental-melonjak-di-kalangan-remaja>.

sedari lahir dan faktor eksternal peserta didik seperti media sosial, keluarganya, orang tua, teman-temannya dan lain-lain.<sup>6</sup> Lebih lanjut lagi tinggi rendahnya kesehatan mental seseorang juga dapat dipengaruhi oleh gender. Hal ini mengacu kepada artikel yang dipaparkan oleh Medix Global bahwa perempuan memiliki resiko dua kali lebih besar mengalami masalah kesehatan mental yang umum seperti kecemasan dan depresi, yang jumlahnya terus meningkat dan wanita pada umur 16-24 tahun hampir tiga kali lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental yang umum daripada laki-laki yang disebabkan oleh faktor hormon dan kecemasan, kesenjangan gender, dan pengalaman hidup.<sup>7</sup>

Kondisi keluarga dan orang tua bisa menjadi faktor dalam mempengaruhi tinggi rendahnya kesehatan mental siswa dikarenakan menurut John Bowlby anak-anak butuh membentuk ikatan yang aman dengan orang yang mengasuh mereka di waktu kecil. Ikatan yang aman sangat diperlukan untuk membentuk kepercayaan dan rasa aman pada anak, dengan begitu anak-anak atau remaja bisa belajar dan melakukan eksplorasi dengan dunia sekitarnya dengan yakin dan tidak memiliki rasa takut berlebih.<sup>8</sup> Oleh karena itu kondisi keluarga ketika utuh ataupun yang telah mengalami perpisahan seperti perceraian dan bagaimana pola asuh yang diberikan sangat mempengaruhi rasa aman pada anak.

---

<sup>6</sup> Bikriyah Nada, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik di SMPN 166 Jakarta," *Bachelor Thesis* (Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020).

<sup>7</sup> Personal Medical Management Medix-Global, "Perhatikan Kesenjangan Kesehatan Mental Gender," Medix Global, 2022, <https://medix-global.com/mind-the-gender-mental-health-gap/>.

<sup>8</sup> Yuliandari and Gunadirin, "Kesehat. Ment. Anak Dan Remaja." 1-13

Seringkali efek perceraian yang mempengaruhi, perkembangan perilaku dan pribadi, dan kesehatan mental anak sering diabaikan oleh orang tua yang melakukan perceraian. Anak-anak dapat merasa terluka, bingung, marah, atau tidak aman, di antara berbagai penderitaan lainnya. Mereka sering berfantasi tentang orang tua mereka yang kembali bersama. Anak itu akan mengalami penderitaan yang luar biasa. Anak-anak sering menyalahkan perpisahan orang tua mereka pada diri mereka sendiri dan percaya bahwa merekalah yang harus disalahkan.<sup>9</sup>

Perceraian tidak selalu memiliki efek negatif kepada kesehatan mental anak, terjadinya perceraian dapat mengakibatkan dampak positif bagi kematangan emosi remaja. Dampak positifnya adalah remaja menjadi lebih mandiri dan belajar untuk beradaptasi dengan situasi yang berbeda.<sup>10</sup> Dan juga beberapa remaja menganggap perceraian orang tua sebagai kesempatan untuk belajar menjadi lebih mandiri dan bertanggung jawab.<sup>11</sup>

Perceraian adalah berakhirnya suatu rumah tangga atau pernikahan dengan terputusnya ikatan perkawinan sehingga beberapa kewajiban-kewajiban dan hak-hak sebagai suami atau istri tidak menjadi tanggung jawab yang telah disetujui oleh kedua belah pihak pasangan dan disahkan oleh hukum dan agama. Status pernikahan yang sudah cerai akan memutuskan seluruh kewajiban yang ada di perkawinan seperti kewajiban hukum,

---

<sup>9</sup> Mohammad Ali and Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi aksara, 2006). 11

<sup>10</sup> Widi Estuti, "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Tingkat Kematangan Emosi Anak Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Pekuncen Banyumas," *Skripsi* (2013), <https://docplayer.info/40249573-Dampak-perceraian-orang-tua-terhadap-tingkat-kematangan-emosi-anak-kasus-pada-3-siswa-kelas-viii-smp-negeri-2-pekuncen-banyumas-tahun-ajaran-2012-2013.html>.

<sup>11</sup> Nurina Apriliya, *Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Konsep Diri Dan Kesehatan Mental Remaja Madya Di Kabupaten Jember*, 2017.

kewajiban biologis, kewajiban moral dan semua yang tercantum didalamnya, dan untuk kewajiban finansial diatur lagi sesuai kondisi rumah tangga karena anak tetap menjadi tanggung jawab kedua orang tuanya meskipun sudah bercerai.

Perceraian terjadi karena ketidakmampuan antara salah satu pasangan atau keduanya dalam mengatasi masalah atau konflik yang ada di dalam rumah tangganya. Situasi dan kondisi di dalam pernikahan idealnya harus stabil tapi di sisi lain menjadi sebuah hal umum jika rumah tangga memiliki konflik dan masalah, apabila situasi tidak bisa dikontrol oleh pasangan sehingga terus menerus berada di bawah tekanan terus menerus dan konflik yang terjadi menjadi semakin rumit dan sulit untuk diselesaikan, maka status perkawinan dan rumah tangga menjadi goyah dan terancam berada di ambang perceraian.<sup>12</sup>

Siswa siswa SMPN 1 Rejotangan berkisar di umur 13 tahun sampai 16-17 tahun yang dimana sedang mengalami fase remaja awal. Masa remaja awal merupakan masa transisi, dimana usianya berkisar antara 13 tahun sampai 16 tahun atau yang biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana juga terjadi juga perubahan pada dirinya baik secara fisik psikis maupun sosial.

Masa remaja merupakan salah satu fase perkembangan dalam kehidupan individu yang ditandai dengan ciri-ciri pencarian identitas diri, menjalani hubungan akrab dengan teman sebaya, dibandingkan dengan orangtua dan menjalani perubahan secara tiba-tiba dan cepat pada aspek fisik,

---

<sup>12</sup> Anggia Kargenti Evanurul Maretih, *Psikologi Perkawinan Dan Keluarga* (Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press, 2016). 84-85

psikologis, seksual, kognitif, sosial. Beberapa ciri yang terjadi pada remaja seperti yang telah disebutkan tadi dapat menimbulkan kesulitan dan masalah bagi remaja yang mengalaminya.

Selama melakukan studi pendahuluan di SMPN 1 Rejotangan peneliti banyak sekali menemukan kasus kesehatan mental yang kurang baik selama mendampingi guru BK dalam menjalankan tugasnya dengan melihat data siswa yang kurang bertanggung jawab kepada dirinya sendiri dengan melakukan pelanggaran aturan dan ketertiban sekolah seperti datang terlambat, tidak memakai atribut lengkap, sering membolos dan perilaku-perilaku yang mengindikasikan bahwa siswa memiliki kesehatan pada aspek sosial yang kurang baik ditandai dengan mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungannya setelah ditelusuri lebih dalam meskipun tidak semuanya, banyak dari siswa-siswa tersebut yang berasal dari keluarga yang orang tuanya telah bercerai.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMPN 1 Rejotangan dari satu angkatan kelas IX yang berjumlah 267 siswa ada sekitar 54 siswa atau 20% dari seluruh siswa kelas IX yang mengalami perceraian orang tua. Lebih lanjut bu Siti Nuroiniyah selaku Guru BK di SMPN 1 Rejotangan menjelaskan bahwa banyak sekali dijumpai siswa-siswa yang melakukan pelanggaran berasal dari wali murid siswa di SMPN 1 rejtangan yang telah bercerai baik karena alasan ekonomi, berbuat hal diluar batas atau berprofesi sebagai TKI.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Wawancara dengan Nuroiniyah Siti, tanggal 05 Oktober 2022 di SMPN 1 Rejotangan

Tulungagung telah diidentifikasi sebagai kota dengan jumlah perceraian yang tinggi. Pada sepanjang tahun 2022, tercatat 3.171 kasus perceraian di Pengadilan Agama Tulungagung, menurut Bapak Mohammad Huda Najaya selaku Humas PA Tulungagung menjelaskan bahwa berbagai macam faktor yang memicu terjadinya perceraian di Tulungagung, yaitu faktor ekonomi yang menjadi penyebab utama dan terbanyak, yang biasanya dalam rumah tangga dimulai dengan ketidakcukupan dalam pemenuhan kebutuhan secara ekonomi yang menjadikan pasangan berselisih tegang dan semakin lama menjadi bertengkar terus menerus dan memunculkan masalah baru seperti KDRT, berselingkuh, atau salah satu pasangan meninggalkan dengan bekerja diluar negeri dan akhirnya memilih untuk berpisah.<sup>14</sup>

Di SMPN 1 Rejotangan peneliti mengamati fenomena yang dijumpai di dalam interaksi sosial yang siswa-siswi lakukan di dalam kelas. Penulis menemukan beberapa siswa yang memiliki perilaku dan sikap yang cukup negatif seperti ditemukannya beberapa siswa memiliki sikap murung dan pendiam ketika kami berinteraksi didalam kelas yang menandakan kesehatan pada aspek emosi yang buruk. Tidak sedikit terjadi pertengkaran antara siswa karena ketersinggungan atau siswa yang mudah marah marah ketika ditegur. Ketika didalami siswa yang terlihat murung, banyak siswa yang memiliki permasalahan dan jarang bergaul sehingga siswa-siswa tersebut memiliki gangguan bersosialisasi. Hal ini tentu bisa menjadi petunjuk bagaimana kesehatan mental siswa.

---

<sup>14</sup> Satu Magang, "Dua Tahun Dilanda Covid-19, Angka Perceraian Faktor Ekonomi di Tulungagung Tinggi" <https://faktualnews.co/> (diakses pada 29 Desember 2022, pukul 20.15)



Dari guru BK menambahkan siswa-siswi mereka juga kerap ditemukan mudah lelah setelah menjalani aktivitas kegiatan belajar mengajar di dalam kelas yang mengindikasikan perkembangan dalam aspek fisik yang kurang baik. lebih lanjut permasalahan pada siswa-siswi di SMPN 1 Rejotangan juga meliputi kemampuan berfikir yang kurang memadai sebagai indikasi kesehatan pada aspek intelektual yang kurang baik akibat dari pola hidup yang tidak disiplin dan malas-malasan karena tidak punya motivasi dikehidupannya.

Permasalahan pada siswa yang ditemukan dilapangan kerap kali berawal dari salah satu aspek yang mengalami permasalahan, tetapi memiliki efek saling terkait dan mempengaruhi aspek-aspek lainnya seperti siswa yang kehilangan motivasi dalam hidupnya menjadi malsah dan sering membolos sehingga kemampuan intelektualnya tidak berkembang sehingga menyebabkan siswa melanggar aturan dan norma yang ada dalam agama dan masyarakat karena perkembangan kesehatan pada aspek intelektualnya kurang baik dengan output perilaku seperti, merokok, minum miras, seks bebas, dan lain-lain.

Selama melakukan studi pendahuluan di SMPN 1 Rejotangan peneliti melakukan studi kasus dan menemukan salah satu siswa yang hidup dibesarkan oleh kakeknya karena kedua orang tuanya yang telah bercerai, Dengan keadaan ini membuat konseli tidak mendapatkan perhatian dan pengawasan yang cukup membuat konseli memiliki pola hidup yang tidak disiplin dan malas-malasan karena tidak punya motivasi dikehidupannya yang menandakan konseli tidak bisa bertanggung jawab terhadap dirinya. Konseli menjadi sering terlambat masuk sekolah dan sering membolos dan tidak

masuk sekolah tanpa surat keterangan karena sering bangun kesiangan karena tidur larut malam yang menandakan konseli tidak bisa beradaptasi dengan lingkungannya sehingga penulis melaksanakan *treatment* bimbingan konseling dan motivasi yang diikuti tindak lanjut dengan harapan agar siswa tersebut dapat terus berjalan di alur yang positif dan tindak lanjut sebagai bentuk penjagaan kepada konseli agar tidak mengalami masalah.

Seorang remaja yang menghadapi masalah perceraian orang tuanya seperti itu mendapatkan dampak psikologis yang sangat kompleks. Beberapa di antaranya adalah berkurangnya kasih sayang dari orang tua setelah perceraian dan berkurangnya keterhubungan dengan salah satu orang tua. Namun, bagi beberapa remaja, hal tersebut sebenarnya bukanlah meninggalkan orang tua mereka. Perceraian sangat menantang karena keadaan yang menyertainya, seperti pindah sekolah, pindah, dan berbagi rumah dengan orang tua tunggal yang kelelahan dan stres, kesulitan-kesulitan tersebut memungkinkan remaja melakukan hal seperti mengasingkan diri dari orang lain karena malu, atau tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan karena kondisi yang sangat mengganggu kesehatan mentalnya.

Ketika mengamati siswa-siswa SMP yang pernah mengalami perceraian orang tua, ternyata banyak ditemukan dari mereka yang mudah takut akan hal-hal yang belum pernah mereka alami, merasa buruk terhadap diri sendiri, dan tidak puas dengan kehidupannya, tidak dapat menyelesaikan masalahnya sendiri, dan mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka. Sehingga mereka sering membolos bersama, dan merokok dan minum-minuman beralkohol saat mereka berkumpul bersama di luar sekolah.

Perceraian orang tua dapat berdampak negatif terhadap perilaku anak atau remaja. Beberapa teori seperti teori kelekatan dari John Bowlby yang menjelaskan bahwa anak-anak butuh membentuk ikatan yang aman dengan orang yang mengasuh mereka di waktu kecil. Ikatan yang aman sangat diperlukan untuk membentuk kepercayaan dan rasa aman pada anak, dengan begitu anak-anak atau bisa belajar dan melakukan eksplorasi dengan dunia sekitarnya dengan yakin dan tidak memiliki rasa takut berlebih. Penelitian terdahulu telah dilakukan untuk mengidentifikasi Kondisi perceraian orang tua terhadap kesehatan mental anak. Salah satunya yang dilakukan oleh Amato dan Keith menemukan bahwa anak-anak yang mengalami perceraian orang tua memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami masalah perilaku dan kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, dan perilaku delinkuen.<sup>15</sup>

Ada juga penelitian lain oleh Hetherington dan Kelly menemukan bahwa perceraian orang tua dapat menyebabkan perubahan dalam hubungan keluarga dan dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak atau remaja. Hal ini dapat menyebabkan perilaku maladaptif, seperti kecanduan narkoba, perilaku seksual yang berisiko, dan perilaku agresif.<sup>16</sup>

Selain itu, penelitian lainnya didalam jurnal yang berjudul "*The Effects of Parental Divorce on Children*" di PubMed oleh M. K. Kaya et al. Jurnal ini membahas tentang pengaruh perceraian orang tua terhadap kesehatan mental anak, di mana individu yang terkena dampak perceraian orang tua memiliki

---

<sup>15</sup> Paul R Amato and Keith Bruce, "Parental Divorce and the Well-Being of Children: A Meta-Analysis," *Psychological Bulletin* 1, no. 110 (1991): 26–46.

<sup>16</sup> E. mavis Hetherington and John Kelly, *For Better or for Worse: Divorce Reconsidered* (Pennsylvania: W W Norton & Co Inc, 2002).

risiko lebih tinggi untuk mengembangkan berbagai kondisi kesehatan mental termasuk gangguan emosional dan perilaku, penurunan kinerja sekolah, depresi, dan lain-lain.<sup>17</sup>

Berdasarkan fenomena yang terungkap di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kesehatan Mental Siswa SMPN 1 Rejotangan Yang Mengalami Perceraian Orang Tua Ditinjau dari Jenis Kelamin”. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti berharap dapat menggambarkan bagaimana kesehatan mental yang dimiliki oleh siswa SMPN 1 Rejotangan yang memasuki tahap remaja awal yang mengalami perceraian orang tua.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kesehatan mental siswa SMPN 1 Rejotangan yang mengalami perceraian orang tua?
2. Apakah ada perbedaan tingkat kesehatan mental antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMPN 1 Rejotangan?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang hendak dicapai berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat kesehatan mental siswa SMPN 1 Rejotangan yang mengalami perceraian orang tua

---

<sup>17</sup> M. K kaya, M. Ö Bostancı, and M Özkan, “The Effects of Parental Divorce on Children,” *Pubmed*, 2022, <https://doi.org/35261908>.

2. Mengetahui perbedaan tingkat kesehatan mental antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMPN 1 Rejotangan

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.<sup>18</sup> Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$H_a$  = Terdapat perbedaan kesehatan mental antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMPN 1 Rejotangan (*Hipotesis alternative*)

$H_o$  = Tidak terdapat perbedaan kesehatan mental antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMPN 1 Rejotangan (*Hipotesis nihil*)

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian dan Batasan Masalah**

Ruang lingkup dari penelitian ini hanya berfokus pada variabel X yaitu kesehatan mental, karena penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kesehatan mental remaja awal siswa yang mengalami perceraian orang tua.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di latar belakang yang cukup kompleks, penulis memerlukan batasan untuk membatasi masalah tersebut agar permasalahan yang dikaji lebih terarah, lebih fokus pada tujuan, serta dapat dijalankan secara efektif dan efisien. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu:

---

<sup>18</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, ed. Sutopo, Ed. 1, Cet (Bandung: Alfabeta, 2019). 42

1. Penelitian hanya mencari tahu gambaran kesehatan mental siswa dengan melihat tinggi rendahnya kesehatan mental serta perbedaannya ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMPN 1 Rejotangan
2. Kriteria siswa SMPN 1 Rejotangan yang menjadi subjek penelitian yang berada di fase perkembangan remaja awal yaitu diumur 12-15 tahun yang difokuskan pada siswa kelas IX dan mengalami perceraian orang tua melalui angket yang disebarakan sebagai instrumen penelitian.
3. Kriteria perceraian orang tua yang dialami oleh siswa dibatasi pada peristiwa perceraian hidup saja yang dipilih, sedangkan siswa yang orang tuanya mengalami perceraian mati tidak termasuk kriteria penelitian.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Beberapa keuntungan secara teoritis dan praktis yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini merupakan sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pembaca dapat digunakan sebagai bahan kajian mengenai bagaimana kesehatan mental remaja awal pada siswa SMPN 1 Rejotangan yang mengalami perceraian orang tua yang ditinjau dari jenis kelamin.
- b. Penelitian ini dapat memberikan sumbangsih dalam pengembangan ilmu pengetahuan tentang kesehatan mental remaja awal siswa di SMPN 1 Rejotangan yang mengalami perceraian orang tua ditinjau dari jenis kelamin serta referensi dalam penggunaan metode survei dalam penelitian.

- c. Hasil penelitian ini bisa digunakan mahasiswa sebagai bahan atau referensi untuk penelitian lanjutan mengenai kesehatan mental remaja awal yang mengalami perceraian orang tua.

## **2. Manfaat praktis**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran secara jelas berdasarkan data yang diambil dari lapangan mengenai kesehatan mental siswa SMPN 1 Rejotangan yang mengalami fase remaja awal dan yang mengalami perceraian orang tua yang ditinjau dari jenis kelaminnya
- b. Penelitian ini memiliki harapan dapat memberikan kesadaran dan wawasan kepada para orang tua wali murid siswa-siswi untuk lebih memperhatikan perkembangan anak-anak mereka khususnya perihal kesehatan mentalnya dan bagi para pasangan-pasangan yang akan atau telah menikah dan belum atau sudah memiliki anak untuk tidak dengan mudah memutuskan untuk bercerai dapat menjaga keutuhan dan keharmonisan rumah tangga agar dapat mendidik dan membesarkan anak dengan baik
- c. Penelitian ini memiliki harapan untuk dapat memberikan wawasan bagi pihak sekolah atau lembaga mengenai bagaimana pentingnya kesehatan mental siswa sehingga sekolah dapat meningkatkan pelayanan dalam memberikan pengetahuan perihal kesehatan mental terhadap siswa
- d. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan guru bimbingan konseling atau guru lainnya yang ada disekolah untuk

mempersiapkan metode yang tepat apabila hasil penelitian menunjukkan kondisi kesehatan mental siswa yang mengalami perceraian orang tua rendah atau metode lain yang dapat mempertahankan kesehatan mental siswa dalam keadaan optimal.

## **G. Definisi Operasional**

### **1. Kesehatan Mental**

Kesehatan mental yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu kondisi seseorang yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik fisik, intelektual, dan emosional yang optimal serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga selanjutnya mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Kesehatan Mental memiliki aspek-aspek, seperti yang tercantum di bawah ini:

#### **a. Emosi**

Karakteristik kesehatan emosional adalah kenyamanan dan penerimaan perasaan seseorang dalam berbagai kondisi mental, peristiwa, dan keadaan. Mampu mengontrol pikiran dan memiliki kapasitas untuk membuat pilihan atau keputusan dari perasaan, pikiran, dan perilaku adalah salah satu cara untuk memastikan kesehatan emosional seseorang sehat.

#### **b. Intelektual**

Seseorang yang memiliki intelektual yang sehat dapat mengendalikan kemampuan kecerdasannya untuk berpikir, apakah pikiran itu baik atau jahat. Menggunakan kata "kesehatan intelektual"



untuk menunjukkan kemampuan seseorang untuk memecahkan masalah yang sedang melanda atau menggambarkan kecerdasan dan kepintaran. kemampuan orang untuk menggunakan potensi mereka untuk hal-hal yang baik dan konstruktif, untuk mengembangkan sifat-sifat kemanusiaan mereka dengan sebaik-baiknya dan bermanfaat bagi diri mereka sendiri dan lingkungan mereka.

c. Sosial

Ketika seseorang mampu berhubungan dengan baik dengan orang atau kelompok lain, terlepas dari ras, politik, etnis, agama atau kepercayaan, kedudukan sosial, ekonomi, politik, dan faktor lainnya, mereka dikatakan berada dalam kesehatan sosial yang baik. Seperti halnya dengan sholat, misalnya, dapat mengajarkan keterampilan mengatur waktu, mengekang keangkuhan dan hidup berlebihan, serta meningkatkan rasa hormat dan toleransi satu sama lain. Dalam upaya mengatasi suasana hatinya yang sedang tidak baik karena hal tersebut mempengaruhi perilaku, yang bersangkutan dituntut aktif bekerja untuk menegakkan hak-haknya sendiri dengan tetap memperhatikan hak-hak orang lain. Semua upaya diarahkan untuk mendapatkan pemenuhan bersama dan mengembangkan hubungan yang sehat dengan orang lain.

d. Fisik

Kesehatan fisik didefinisikan sebagai tidak adanya persepsi atau keluhan nyeri atau sakit, tidak adanya keluhan, dan penampilan luar tidak terlihat penyakit atau sakit. Organ tubuh semua menjalankan

tugasnya dengan normal atau tanpa masalah. Setiap orang yang memiliki pikiran yang sehat biasanya memiliki tubuh yang sehat juga. Masalah kesehatan mental seseorang disebabkan oleh penyakit-penyakit lain yang diakibatkan oleh terganggunya emosional (perasaan) dan kognitif (pikiran).

e. Spiritual

Seseorang yang sehat secara spiritual memiliki keadaan ketenangan jiwa, dan identitasnya sehat secara spiritual karena memiliki pikiran yang jernih, tidak bertindak atau melakukan hal-hal yang melewati batas, dan dapat bernalar secara rasional. Agama bertujuan untuk membawa ketenangan dalam hidup dan untuk menenangkan gejala jiwa, penting untuk mengikuti fatwa agama dengan bertanggung jawab dan menghindari larangannya. Agama memiliki kapasitas untuk memberikan jawaban dan menetapkan hukum atau norma secara logis dan rasional. Agama menunjukkan dinamika pendistribusian dan kepuasan dorongan emosional di samping menawarkan pedoman hidup yang logis dan rasional.

2. Siswa SMP

Siswa adalah peserta didik, dimana peserta didik merupakan makhluk individu yang mengalami proses perkembangan dan pertumbuhan, perubahan fisik dan psikis sehingga siswa dapat berfikir secara baik untuk menjadi seseorang yang intelektual agar kedepannya dapat menjadi generasi penerus bangsa. Siswa SMP adalah peserta didik

yang berada pada naungan pendidikan formal pada tahap sekolah menengah pertama.

### 3. Perceraian Orang Tua

Perceraian orang tua yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah kondisi dari orang tua yang memutus ikatan pernikahannya secara sah dalam hukum dan agama yang dikarenakan kehendak dari kedua belah pihak dari suami dan istri yang menyebabkan tidak ada lagi kewajiban yang mengikat kedua belah pihak sebagai pasangan.