

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kesehatan jiwa remaja merupakan aspek penting dalam perkembangan individu, namun masih banyak remaja yang menghadapi berbagai tekanan emosional, sosial, dan akademik tanpa dukungan yang memadai. Remaja rentan mengalami stres, kecemasan, depresi, perilaku menarik diri, hingga penurunan fungsi sosial akibat tuntutan lingkungan dan kurangnya kemampuan regulasi emosi. Dalam konteks ini, dukungan teman sebaya menjadi salah satu faktor protektif penting yang dapat membantu remaja menghadapi tantangan tersebut. Permasalahan muncul ketika dukungan teman sebaya tidak berjalan secara optimal. Masih ditemui remaja yang tidak memiliki teman dekat, tidak dipercaya oleh kelompok sebaya, atau justru mengalami tekanan negatif seperti perundungan (bullying), perbandingan sosial, hingga pengucilan. Kondisi minimnya dukungan teman sebaya menyebabkan remaja lebih rentan mengalami gangguan kesehatan jiwa, kesulitan menyelesaikan konflik, serta tidak memiliki ruang aman untuk bercerita dan berbagi masalah. (Marbun, 2023).

Menurut (World Health Organization, 2024), satu dari tujuh remaja di dunia 15% mengalami gangguan mental pada kelompok usia ini, dan separuh dari gangguan mental yang serius dimulai sebelum usia 14 tahun. Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2023) menunjukkan bahwa 6,2% penduduk usia ≥ 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan angka ini diperkirakan lebih tinggi pada kelompok usia remaja, meskipun masih banyak kasus yang tidak terdeteksi karena stigma dan minimnya literasi kesehatan jiwa. Prevelensi di Jawa

Timur tahun 2023 mengalami peningkatan jumlah remaja mengalami kesehatan jiwa sekitar 50,1% Sementara itu di Surabaya menunjukkan 36,3% remaja rentan usia yang lebih tinggi dari remaja awal mengalami kesehatan jiwa, data lokal dari Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi terdapat 5 remaja yang menunjukkan adanya peningkatan kunjungan remaja ke layanan kesehatan jiwa selama dua tahun terakhir.

Permasalahan ini biasanya bermula dari beberapa faktor pemicu yang banyak ditemukan antara lain tekanan akademik di sekolah, konflik dalam keluarga, keterasingan sosial, serta perasaan tidak berharga yang terus menumpuk (bullying), hingga kurangnya dukungan teman sebaya (Nurfadhilah, 2022). Dalam konteks ini, teman sebaya memiliki peran penting. Remaja cenderung lebih terbuka terhadap teman sebaya dibanding orang tua atau guru, karena adanya kesamaan usia, pengalaman, dan perasaan. Ketika dukungan dari teman sebaya tidak optimal, remaja cenderung menarik diri, merasa tidak dihargai, dan memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan maupun depresi. Situasi ini diperparah oleh rendahnya tingkat literasi kesehatan jiwa di kalangan remaja maupun lingkungan sekitarnya, sehingga remaja sering kali tidak menyadari pentingnya mencari bantuan profesional atau berbagi cerita secara terbuka (Susanti, 2020).

Dukungan teman sebaya yang positif dapat memberikan rasa diterima, dimengerti, dan dihargai. Ini berkontribusi terhadap peningkatan harga diri, pengurangan stress, serta kemampuan remaja untuk mengatasi tekanan hidup. Beberapa studi menyebutkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki korelasi positif terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis remaja. Teman sebaya bisa menjadi sumber dukungan emosional, tempat berbagi pengalaman, serta

penyemangat dalam menghadapi tantangan. Namun, belum semua lingkungan remaja mendukung terwujudnya sistem dukungan teman sebaya yang efektif. Masih terdapat kesenjangan dalam pengetahuan, keterampilan komunikasi, serta kesadaran remaja dalam memberikan dan menerima dukungan secara sehat, maka perlu dilakukan kajian mendalam mengenai bagaimana dukungan teman sebaya dapat menjadi salah satu solusi strategis dalam meningkatkan kesehatan jiwa remaja (Marbun, 2023).

Dengan hal tersebut, dibutuhkan pendekatan yang tepat dukungan teman sebaya berpotensi menjadi solusi jangka panjang dalam membangun ketahanan mental remaja, meningkatkan empati antar individu, serta menciptakan lingkungan sosial yang lebih sehat dan suportif. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi bentuk dukungan teman sebaya yang efektif agar meningkatkan kesehatan jiwa remaja.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Studi kasus dukungan teman sebaya untuk kesehatan jiwa remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya”.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Studi Kasus Dukungan Teman Sebaya untuk Meningkatkan Kesehatan Jiwa Remaja di Wilayah kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya. Berdasarkan Judul tersebut maka pertanyaan penelitian yaitu : ”Bagaimana dukungan teman sebaya untuk kesehatan jiwa remaja di Puskesmas Tambak Wedi Surabaya?.

1.3 Tujuan Penelitian

1. Menjelaskan karakteristik responden remaja di wilayah kerja puskesmas tambak wedi berdasarkan usia, jenis kelamin dan pendidikan,

2. Menjelaskan dukungan teman sebaya pada remaja di wilayah kerja puskesmas tambak wedi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah terkait dukungan teman sebaya untuk meningkatkan kesehatan jiwa remaja, serta memperkaya kajian dalam bidang keperawatan dan psikososial remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Puskesmas
Menjadi dasar dalam merancang program promotif dan preventif berbasis teman sebaya.
2. Bagi Masyarakat
Memberikan gambaran pentingnya dukungan teman sebaya dalam meningkatkan kesehatan jiwa remaja di masyarakat
3. Bagi Peneliti selanjutnya
Menjadi referensi dalam peneliti sejenis di masa depan
4. Bagi Remaja
Meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan jiwa, meningkatkan rasa aman dan nyaman untuk berbagi masalah, mengurangi rasa kesepian dan isolasi sosial, membentuk jejaring sosial yang positif dan sehat, serta sebagai alternatif bantuan awal (First Aid).