

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi kesejahteraan dimana setiap individu menyadari potensinya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup dengan baik, dapat bekerja secara produktif dan bermanfaat, serta mampu memberikan kontribusi bagi komunitasnya (World Health Organization, 2005).

Masalah kesehatan mental di Indonesia cukup serius, seperti yang terungkap dalam data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018. Lebih dari 19 juta orang di atas 15 tahun dilaporkan mengalami gangguan mental emosional, sedangkan lebih dari 12 juta orang di atas usia 15 tahun mengalami stress dan depresi (Kementrian Kesehatan Re, 2018). Hal ini juga diperkuat dengan laporan Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) yang menyatakan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dengan satu dari dua puluh remaja memenuhi kriteria gangguan mental. Tidak hanya itu I-NAMHS juga menyatakan bahwa hanya 2,6% remaja yang mengalami masalah kesehatan mental mengakses layanan konseling untuk masalah emosi dan perilaku dalam 12 bulan terakhir. Kesehatan mental yang buruk telah menjadi masalah kesehatan yang umum dikalangan remaja Indonesia, termasuk dilingkungan perguruan tinggi. Hal ini mencakup mahasiswa dan mahasiswi yang rentan terhadap tekanan akademis sosial, dan emosional yang tinggi, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental seperti stress, kecemasan, depresi, dan bahkan bunuh diri dalam kasus yang lebih parah. Untuk mengatasi tantangan ini, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) mendorong seluruh kampus di Indonesia untuk menciptakan lingkungan kampus yang SAN, yaitu sehat, aman, dan nyaman. Lingkungan yang sehat meliputi akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai, dukungan sosial dari teman sebaya dan mentor akademik, serta program-program yang mendukung kesejahteraan mental mahasiswa. Dengan menciptakan lingkungan kampus yang SAN, diharapkan mahasiswa dan mahasiswi di Indonesia dapat lebih mudah mengakses layanan kesehatan mental, merasa aman, didukung dalam lingkungan akademik

mereka, serta memiliki kesejahteraan mental yang lebih baik untuk meraih potensi akademik dan pribadi yang optimal (Muhamad, 2023).

Masalah kesehatan mental ini juga tinggi pada provinsi Sumatera Utara, dimana provinsi Sumatera Utara merupakan salah satu daerah dengan kasus masalah kesehatan mental terbesar di Indonesia. Berdasarkan data riset kesehatan dasar, prevalensi jumlah kasus depresi dan gangguan mental emosional di Sumatera Utara masing-masing sebesar 45.647 orang (Riskesdas, 2018). Selain itu menurut data tersebut, hanya 4,4 orang di atas usia 15 tahun yang mendapatkan skrining risiko kesehatan mental dan sekitar 13,5 orang dari mereka yang mengalami gangguan jiwa mendapatkan layanan di fasilitas layanan kesehatan (Kemenkes RI, 2022). Faktanya, Sumatera Utara termasuk dalam daftar 10 provinsi dengan kasus bunuh diri tertinggi di Indonesia, dengan 41 kasus selama periode Januari hingga 18 oktober 2023 (Muhamad, 2023).

Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah kesehatan mental terutama pada mahasiswa, diperlukan upaya-upaya yang serius seperti memperhatikan faktor-faktor predisposisi yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental, meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai kesehatan mental di lingkungan mahasiswa, mengoptimalkan layanan kesehatan mental di perguruan tinggi, serta menjunjung tinggi budaya yang mendukung kesehatan mental di lingkungan kampus. Tidak hanya itu, pemerintah, universitas, juga organisasi kemahasiswaan perlu berkolaborasi untuk mengatasi masalah kesehatan mental pada mahasiswa. Ketika pemerintah mampu mengalokasikan dana khusus untuk layanan kesehatan mental di perguruan tinggi. Maka universitas dapat menyediakan layanan konseling yang efektif dan efisien yang dapat dengan mudah diakses oleh mahasiswa. Selanjutnya, organisasi kemahasiswaan dapat melakukan kegiatan edukasi atau kampanye mengenai kesehatan mental.

Berdasarkan survei awal yang telah peneliti lakukan pada Mahasiswa/i s1 Kesehatan Masyarakat di Universitas Prima Indonesia dengan menggunakan instrumen gabungan antara MSSQ dan SKM dari 30 mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat, terdapat 1 mahasiswa dengan tuntutan akademis tinggi, 7 mahasiswa dengan hubungan interpersonal yang buruk, 15 mahasiswa dengan proses pembelajaran yang kurang baik, 9 mahasiswa dengan hubungan sosial yang buruk, 9 mahasiswa dengan motivasi dan ambisi pribadi yang rendah, 8 mahasiswa dengan aktivitas kelompok yang

buruk, 6 mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis rendah, 9 mahasiswa dengan tekanan psikologis tinggi, dan 4 mahasiswa mengalami masalah kesehatan mental.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi masalah kesehatan mental pada mahasiswa/i S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah diketahuinya faktor-faktor yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental pada Mahasiswa/i S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik responden.
2. Untuk menganalisis hubungan variabel X1, X2, X3, X4, X5, X6, X7, X8, X9, X10, X11 mahasiswa terhadap masalah kesehatan mental pada mahasiswa/i S1 Kesehatan Masyarakat UNPRI Tahun 2024.
3. Untuk menganalisis faktor paling dominan terhadap masalah kesehatan mental pada mahasiswa/i S1 Kesehatan Masyarakat UNPRI Tahun 2024.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai faktor – faktor yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental pada mahasiswa/i S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia.

1.4.2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman bagi peneliti yang mampu membantu meningkatkan wawasan dalam melakukan penelitian kesehatan.

1.4.3. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Memajukan UNPRI dan Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi, dan Ilmu Kesehatan Prodi Kesehatan Masyarakat dengan publikasi tentang penelitian ini.
- b. Memberikan informasi mengenai gambaran status kesehatan mental dan faktor – faktor yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental pada mahasiswa Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi, dan Ilmu Kesehatan Prodi Kesehatan Masyarakat.
- c. Penelitian yang dilakukan dapat membantu dalam merencanakan program program kesehatan mental yang lebih efektif dan efisien.

1.4.4. Bagi Keilmuan

- a. Dapat memberikan informasi mengenai gambaran status kesehatan mental dan faktor – faktor risiko yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental pada mahasiswa.
- b. Dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai dampak faktor – faktor risiko masalah kesehatan mental pada mahasiswa .