

Hubungan Jenis Kelamin dan Usia dengan Kesehatan Mental di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Bukittinggi

Bella Lucintarillova Arif Lubis^{1*}, Dianni Arma Wahyu Setia Ningsih²,
Nomira Putri³, Khalisah Muthmainnah⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Padang

*Corresponding Author e-mail: bellalucinta95@gmail.com

Abstract: *Mental health conditions in adolescent groups are important in the psychosocial development of adolescents. A group of mentally healthy teenagers is a valuable investment and asset for human resources in a country. Mental health is an important aspect in realizing overall health. Adolescence is an important period for developing social and emotional habits that are important for mental well-being. The aim of this research is to investigate the relationship between gender, age, and mental health among students at Senior High Schools in Bukittinggi City. The design of this research is an observational study with a cross sectional design. This research was conducted at a high school in Bukittinggi City with a total sample of 118 people taken based on the multistage stratified clustered sampling method. The results of the study showed that there was no relationship between age and gender on the mental disorders of high school students in Bukittinggi City ($p>0.05$).*

Key Words: *Mental health, psychosocial development, teenager*

Abstrack: Kondisi sehat jiwa pada kelompok remaja merupakan hal yang penting dalam perkembangan psikososial remaja. Kelompok remaja yang sehat jiwa menjadi investasi dan aset berharga bagi sumber daya manusia di suatu Negara. Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Masa remaja adalah periode penting untuk mengembangkan kebiasaan sosial dan emosional yang penting untuk kesejahteraan mental. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara jenis kelamin, usia, dan kesehatan mental di kalangan siswa di Sekolah Menengah Atas di kota bukittinggi. Rancangan penelitian ini adalah studi observasional dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di sekolah menengah atas di Kota Bukittinggi dengan jumlah sampel sejumlah 118 orang yang diambil berdasarkan metode *multistage stratified clustered sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan usia dan jenis kelamin terhadap gangguan mental siswa sekolah menengah atas di Kota Bukittinggi ($p>0,05$).

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Perkembangan Psikososial, Remaja

Pendahuluan

Masalah kesehatan jiwa merupakan tantangan besar dalam skala global untuk kesehatan masyarakat. Saat ini lebih dari 450 juta penduduk dunia mengalami gangguan jiwa. Dikutip dari Undang-undang No 18 Tahun 2014 kesehatan mental adalah keadaan sejahtera dimana setiap individu bisa mewujudkan potensi mereka sendiri. Artinya, mereka dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat berfungsi secara produktif dan bermanfaat, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitas mereka.

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Kasus *bullying* sesama teman menjadi trend dan sering terdengar pada remaja zaman sekarang, sehingga menyebabkan beberapa remaja mengalami kesehatan mental. Kesehatan mental juga penting di perhatikan terutama pada anak dan remaja karena dapat mempengaruhi masa depan dirinya sendiri sebagai individu, dan berdampak pada keluarga hingga masyarakat. Pada remaja yang mengalami kesehatan mental yang dipengaruhi oleh peristiwa dalam kehidupan yang meninggalkan dampak yang besar pada kepribadian dan perilaku seseorang, dampak yang ditakutkan pada remaja seperti perubahan perilaku anak seperti menjadi lebih mudah marah dan



merasa frustrasi, mood atau suasana hati anak yang berubah secara tiba-tiba, kondisi ini bisa berlangsung sebentar hingga dalam jangka waktu yang tidak menentu tentunya, hal ini bisa mengakibatkan masalah pada hubungan dengan keluarga serta teman sebaya, Selain itu anak yang mengalami kesehatan mental sulit fokus atau memperhatikan dalam waktu yang lama dan mereka juga memiliki kesulitan untuk duduk diam dan membaca tanda penyakit mental yang satu ini dapat menyebabkan menurunnya performa di sekolah juga perkembangan otaknya. Ada juga yang mengalami gangguan makan, stres, hingga depresi dapat menjadi penyebab anak kehilangan nafsu makan, mual, dan muntah yang berkelanjutan dan sering mengalami kekhawatiran serta rasa takut berlebih. Perasaan ini dapat berujung pada keinginannya untuk menyakiti diri sendiri. Anak-anak kadang menghadapi perasaan takut yang berlebihan tanpa alasan. Tanda gangguan mental pada anak ini seperti menangis, berteriak atau mual disertai dengan perasaan sangat intens. Perasaan ini pun dapat menyebabkan efek seperti kesulitan bernapas, jantung berdebar atau bernapas dengan cepat, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Maka dari itu kesehatan mental perlu diperhatikan selayaknya kesehatan fisik. *There is no health without mental health*, sebagaimana definisi sehat yang dikemukakan oleh *World Health Organization (WHO)* bahwa *“health as a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.”*

Masa remaja adalah periode penting untuk mengembangkan kebiasaan sosial dan emosional yang penting untuk kesejahteraan mental. Remaja adalah periode kritis untuk meningkatkan kesehatan mental karena lebih dari separuh masalah kesehatan mental dimulai pada tahap ini, dan banyak di antaranya bertahan hingga dewasa (Kessler et al., 2005). Kondisi sehat jiwa pada kelompok remaja diperlukan untuk menunjang perkembangan keterampilan hidup serta menjadi sumber daya untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Kondisi sehat jiwa pada kelompok remaja merupakan hal yang penting dalam perkembangan psikososial remaja (Stuart, 2013). Kelompok remaja yang sehat jiwa menjadi investasi dan aset berharga bagi sumber daya manusia di suatu negara (WHO, 2013). Berdasarkan hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018 menemukan bahwa prevalensi gangguan mental emosional remaja usia diatas 15 tahun meningkat menjadi 9,8% dari 6% di tahun 2013.

Kesehatan mental yang baik untuk individu merupakan kondisi dimana individu terbebas dari segala jenis gangguan jiwa, dan kondisi dimana individu dapat berfungsi secara normal dalam menjalankan hidupnya khususnya dalam menyesuaikan diri untuk menghadapi masalah-masalah yang mungkin ditemui sepanjang hidupnya. Menurut WHO, kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan serta di komunitasnya.

Berdasarkan perspektif kesehatan masyarakat, sekolah merupakan tempat yang ideal untuk mengidentifikasi anak-anak dan remaja dengan kemungkinan masalah kesehatan mental karena mereka menawarkan kesempatan untuk menjangkau sejumlah besar remaja. Faktanya, layanan kesehatan mental berbasis sekolah merupakan intervensi yang paling umum diakses untuk anak dan remaja dengan masalah kesehatan

mental, menjadikan sekolah sebagai penyedia utama layanan kesehatan mental untuk anak-anak dan remaja. Adapun Tujuan Penelitian yaitu untuk menyelidiki hubungan antara jenis kelamin, usia, dan kesehatan mental di kalangan siswa sekolah menengah atas.

Metode Penelitian

Jenis penelitian adalah studi observasional dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian adalah siswa sekolah menengah pertama dan atas (SMP dan SMA) di kota Bukittinggi, Provinsi Sumatera Barat. Sampel berjumlah 118 orang yang diambil berdasarkan metode *multistage stratified clustered sampling*. Kriteria inklusi sampel adalah siswa SMP dan SMA di Bukittinggi dengan usia 15-18 tahun, mampu membaca dan menulis dalam Bahasa Indonesia. Kriteria eksklusi adalah siswa yang tidak hadir pada saat pengambilan data penelitian.

Data penelitian didapatkan dengan wawancara langsung menggunakan kuesioner penelitian. *Informed consent* dikumpulkan sebelum wawancara kuesioner dimulai. Nama responden dan nama sekolah dirahasiakan. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komite etik penelitian RSUP Dr. M. Djamil Padang (No. DP.04.03/D.XVI.XI/537/2023). Semua jawaban kuesioner dievaluasi menggunakan skala tipe Likert. Data penelitian diolah menggunakan SPSS versi 25.0.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Nilai
Jenis kelamin	
Laki-laki	46 (39.0)
Perempuan	72 (61.0)
Umur (tahun)	
15-16	34 (28.8)
17-18	84 (71.2)
Etnis	
Minang	93 (78.8)
Jawa	7 (5.9)
Melayu	5 (4.2)
Batak	6 (5.1)
Lainnya	7 (5.9)
Agama	
Islam	112 (94.9)
Kristen	3 (2.5)
Katolik	2 (1.7)
Pendapatan	
1 jt	16 (13.6)
1-2 jt	33 (28.0)
2-3 jt	25 (21.2)

3-4 jt	12 (10.2)
4-5 jt	16 (13.6)
5 jt	16 (13.6)
Didik ayah	
Tidak tamat SD	4 (3.4)
Tamat SD	17 (14.4)
Tamat SMP	23 (19.5)
Tamat SMA	53 (44.9)
Tamat PT	21 (17.8)
Didik ibu	
Tidak tamat SD	4 (3.4)
Tamat SD	17 (14.4)
Tamat SMP	23 (19.5)
Tamat SMA	53 (44.9)
Tamat PT	38 (32.2)
Kerja ayah	
PNS	9 (7.6)
Pegawai swasta	6 (5.1)
Wiraswasta	38 (32.2)
Berdagang	17 (14.4)
Bertani	12 (10.2)
Lainnya	36 (30.5)
Kerja ibu	
PNS	18 (15.3)
Pegawai swasta	6 (5.1)
Wiraswasta	15 (12.7)
Berdagang	5 (4.2)
Bertani	2 (1.7)
Ibu rumah tangga	72 (61.0)

Tabel 1 dari gambaran tabel diatas diketahui lebih dari separoh subjek berjenis kelamin perempuan (61.0%). Lebih dari separoh subjek memiliki umur 17-18 tahun (71.2%). Sebagian besar subjek merupakan etnis minang (78.8%). Mayoritas subjek beragama islam (94.9%). Kurang dari separoh subjek memiliki pendapatan 1-2 jt (28.0%), dan memiliki ayah dan ibu masing-masing dengan pendidikan tamat SMA (44.9%). Kurang dari separoh subjek memiliki ayah yang merupakan wiraswasta (32.2%) dan lebih dari separoh subjek memiliki ibu (61.0%).

Tabel 2. Gambaran kesehatan mental responden

Kesehatan mental	f (%)
Gangguan	105 (89.0)
Non gangguan	13 (11.0)

Tabel 2. dari gambaran tabel diatas diketahui sebagian besar subjek memiliki gangguan kesehatan mental yaitu 89.0%.

Tabel 3. Hubungan Jenis Kelamin dan Usia dengan Kesehatan Mental di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Bukittinggi

Variabel	Gangguan kesehatan mental		p-value	OR (95% CI)
	Gangguan (n=105)	Non gangguan (n=13)		
Jenis kelamin			0.732	
Laki-laki	42 (91.3)	4 (8.7)		1.50 (0.43-5.19)
Perempuan	63 (87.5)	9 (12.5)		Ref
Usia (tahun)			0.755	
15-16	31 (91.2)	3 (8.8)		
17-18	74 (88.1)	10 (11.9)		1.40 (0.36-5.42)

Tabel 3 : dari gambaran tabel diatas diketahui tidak terdapat hubungan usia dan jenis kelamin terhadap gangguan mental siswa sekolah menengah atas di Kota Bukittinggi ($p>0,05$).

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Lebih dari separuh koresponden adalah siswa perempuan. Usia rata-rata responden adalah 17 tahun. Sebagian besar subjek merupakan etnis minang, Mayoritas subjek beragama islam, Kurang dari separoh subjek memiliki pendapatan 1-2 jt, dan memiliki ayah dan ibu masing-masing dengan pendidikan tamat SMA. Kurang dari separoh subjek memiliki ayah yang merupakan wiraswasta dan lebih dari separoh subjek memiliki ibu dan sebagian besar subjek memiliki gangguan kesehatan mental. sebagian besar subjek memiliki gangguan kesehatan mental yaitu 89.0% dan tidak terdapat hubungan usia dan jenis kelamin terhadap gangguan mental siswa sekolah menengah atas di Kota Bukittinggi ($p>0,05$).

Masa remaja adalah periode penting untuk mengembangkan kebiasaan sosial dan emosional yang penting untuk kesejahteraan mental. Untuk mendapatkan mental yang sehat diperlukan dukungan dari orang-orang terdekat. Banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental. Seperti yang dikemukakan WHO bahwa kesehatan mental ditentukan oleh banyak faktor dan interaksi sosial, psikologis dan faktor biologis, serta ekonomi dan lingkungan, terkait dengan perilaku. Beberapa remaja berisiko lebih besar terhadap kondisi kesehatan mental karena kondisi kehidupan mereka, stigma, diskriminasi atau pengucilan, atau kurangnya akses terhadap dukungan dan layanan berkualitas (Islam et al., 2020). Selain itu, hal ini menekankan pentingnya deteksi dini dan penanggulangan gejala kesehatan mental di kalangan remaja. Jenis kelamin perempuan juga ditemukan memainkan peran penting dalam status kesehatan mental. Hal ini dapat disebabkan oleh fakta bahwa wanita mengalami fluktuasi suasana hati dan perilaku yang terjadi bersamaan dengan fase siklus menstruasi (AlZawaadi et al., 2021). Masalah kesehatan mental memiliki aspek penting dalam kehidupan remaja termasuk kemampuan mereka untuk terlibat dalam pendidikan, terlibat dalam hubungan keluarga yang konstruktif, dan berteman serta mengembangkan kemandirian. Oleh karena itu orang tua, guru sekolah, dan teman terdekat untuk mengenali dan mendukung masalah kesehatan mental.

Kesimpulan

Kesehatan mental merupakan aspek yang sangat penting bagi remaja. Dengan menjaga kesehatan mental remaja dengan baik, remaja dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik, menjalin hubungan yang sehat, dan meraih kualitas hidup yang baik. Sekolah dapat menciptakan hubungan protektif dengan siswa dan membantu mereka tumbuh menjadi dewasa yang sehat mental.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Padang yang mempunyai perhatian terhadap isu kesehatan mental dikalangan siswa menengah atas di Kota Bukittinggi.

Daftar Pustaka

- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). Mosby.
- WHO. (2013). *Mental Health Action Plan 2013-2020*. World Health Organization.
- O'Connell, M. E., Boat, T., & Warner, K. E. (Eds.). (2009). *Committee on the Prevention of Mental Disorders and Substance Abuse Among Children, Youth, and Young Adults: Research Advances and Promising Interventions. Preventing mental, emotional, and behavioral disorders among young people: progress and possibilities*. National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/12480>
- Cho, S. M., & Shin, Y. M. (2013). The promotion of mental health and the prevention of mental health problems in child and adolescent. *Korean Journal of Pediatrics*, 56(11), 459–464. <https://doi.org/10.3345/kjp.2013.56.11.459>
- Riskesdas (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar*. Balai Litbangkes. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasarriskesdas>
- Undang-undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa. Jakarta. Republik Indonesia
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental Research*, 164(October 2017), 149–157. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.015>
- Islam, M. I., Khanam, R., & Kabir, E. (2020). Bullying victimization, mental disorders, suicidality and self-harm among Australian high schoolchildren: Evidence from nationwide data. *Psychiatry Research*, 292(August), 113364. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113364>
- Al-Zawaadi, A., Hesso, I., & Kayyali, R. (2021). Mental Health Among School-Going Adolescents in Greater London: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Psychiatry*, 12(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.592624>
- WHO. *Strengthening Mental Health Systems through Community-based Approaches*,

Report of an Informal Consultation. New Delhi India: World Health Organization Regional Officer for South-East Asia. 2011.

WHO. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice. Geneva:WorldHealthOrganization. 2004.