

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah aspek yang sangat penting bagi manusia dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Pada manusia, kesehatan mental dan kesehatan fisik saling berkaitan erat. Oleh karena itu keduanya harus diperhatikan. Apabila kesehatan mental terganggu maka kesehatan fisik pun dapat terganggu juga. *There is no health without mental health*, sebagaimana definisi sehat yang dikemukakan oleh World Health Organization bahwa “*health as a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity*”

Berdasarkan Data Badan Kesehatan Indonesia 2023 ditemukan 9.162.886 kasus sedang mengalami gangguan kesehatan mental. Meningkatnya gangguan kesehatan mental setiap tahunnya hingga 3jt jiwa, sehingga dapat merubah sikap dan sifat sehingga ingin mendapatkan perhatian yang maksimal dari orang lain secara berlebihan.¹

Akhir-akhir ini maraknya masalah kesehatan mental pada remaja di Indonesia Menghadapi kehidupan sebagai remaja dari keluarga *broken home* sering kali membawa dampak negatif yang menyeluruh terhadap

¹ Ilham Choirul Anwar, “Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023,” *Tirto*, last modified 2023, <https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gQRT>.

berbagai aspek kehidupan. Remaja dalam situasi ini dihadapkan pada tantangan berat yang tidak hanya menguji emosi dan mental mereka, tetapi juga memberikan pengalaman yang mendalam dan penuh arti. Perjalanan mereka sarat dengan kesulitan yang dapat membentuk karakter, sekaligus meninggalkan jejak dalam perkembangan pribadi.²

Penelitian menemukan kasus remaja yang mempunyai gangguan kesehatan mental yaitu 1 dari 3 remaja. Angka tersebut setara dengan 15,5 juta remaja dengan kecemasan, depresi, dan stress pascatrauma merupakan jenis gangguan mental yang banyak diderita di Indonesia. Masalah kesehatan mental ini salah satunya dikarenakan banyak kejadian perceraian.

Penjelasan tersebut terdapat juga dalam (Q.S. Al-Isra ayat 76)

قَلِيلًا إِلَّا جَلْفًا يَلْبُثُونَ لَأَ وَإِذَا ۖ مِنْهَا لِيُخْرِجُوكَ الْأَرْضِ مِنْ لَيْسْتَ فَرُونَكَ كَادُوا ۖ وَإِنْ

Artinya :

“Dan sesungguhnya benar-benar mereka hampir membuatmu gelisah di negeri (Mekah) untuk mengusirmu daripadanya dan kalau terjadi demikian, niscaya sepeninggalmu mereka tidak tinggal, melainkan sebentar saja”

² Lia Yohana Santoso and Arthur Huwae, “Resilience and Meaningfulness of Life in Broken Home Adolescents,” *Bisma The Journal of Counseling* 7, no. 1 (2023): 91.

Banyaknya kejadian perceraian setiap tahun mengakibatkan remaja merasakan kesehatan mental yang terganggu. Berdasarkan data statistik pada tahun 2021 perceraian di Indonesia meningkat kembali kurang lebih 580 ribu pasangan suami istri³ Pada tahun 2023 Kasus perceraian di Kabupaten Kotawaringin Barat tergolong tinggi terdapat 761 kasus, sehingga banyak yang mengalami masalah kesehatan mental pada keluarga.

Hasil survei tersebut pada keluarga masih banyak terdapat yang mengalami gangguan kesehatan mental. Keluarga yaitu unit sosial terkecil dan sederhana yang terdapat di setiap lapisan masyarakat di dunia. Apabila keadaan keluarga baik maka akan memberikan pengaruh positif, sebaliknya apabila keadaan keluarga buruk maka akan memberikan pengaruh negatif terhadap kesehatan mental remaja terutama dalam aspek psikologis.⁴

Erickson menyatakan bahwa delapan tahap perkembangan psikologis dalam kehidupan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman yang dialaminya di lingkungan keluarga. Kualitas perkembangan remaja tergantung pada lingkungan keluarganya. Keluarga yang bahagia atau *sakinah mawaddah warahmah* merupakan syarat utama bagi kesehatan mental untuk para anggota keluarganya terutama pada anak yang beranjak

³ Yessy Nur Endah Sary, "Kesehatan Mental Emosional Korban Perceraian Pada Anak Usia Dini Di Panti Asuhan," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 4 (2022): 3694.

⁴ Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012).

remaja. pengaruh keluarga yang sehat atau perhatian orang tua yang penuh kasih sayang sangat menjadi faktor penting sebagai fasilitas kesehatan mental remaja.⁵

Keluarga yang harmonis dapat tercipta ketika setiap anggota keluarga mampu menjalankan fungsinya dengan baik, seperti memberikan rasa memiliki, rasa aman, kasih sayang, serta membangun hubungan yang harmonis. Cinta dan kasih sayang bukan hanya soal emosi, tetapi juga mencakup tanggung jawab, perhatian, pemahaman terhadap kesehatan mental, serta komitmen untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak-anak dicintainya.⁶

Penjelasan tersebut terdapat juga dalam (Q.S. An-Nisa ayat 35)

يُرِيدَ أَنْ يَمْلِكَ أَهْلُهَا مِنْ وَحْكَمِ أَهْلِهِ مَنْ حَكَمًا فَابْعَثُوا بَيْنَهُمَا شِقَاقَ حِفْتُمْ وَإِنْ

خَبِيرًا عَلِيمًا كَانَ اللَّهُ إِنْ بَيْنَهُمَا اللَّهُ يُوقِّقُ إِصْلَاحًا

Artinya :

“Jika kamu (para wali) khawatir terjadi persengketaan di antara keduanya, utuslah seorang juru damai dari keluarga laki-laki dan seorang juru damai dari keluarga perempuan. Jika keduanya bermaksud melakukan

⁵ Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*.

⁶ Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*.

islah (perdamaian), niscaya Allah memberi taufik kepada keduanya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Teliti.”

Terpecahnya suatu keluarga akan memicu pada keluarga *broken home* yang dilihat dalam dua aspek, yaitu :

1. Keluarga itu pecah dikarenakan struktur keluarga tersebut tidak utuh dari kepala keluarga tersebut meninggal ataupun bercerai.
2. Orang tua tidak bercerai tetapi keluarga itu tidak utuh lagi dikarenakan sibuk masing-masing serta sering tidak berada dirumah, sehingga tidak adanya kasih sayang lagi pada keluarga tersebut.⁷

Remaja dari keluarga *broken home* sering menghadapi berbagai kendala atau masalah dalam hidup, terutama terkait kesehatan mentalnya. Hak-hak yang seharusnya mereka terima sering kali terabaikan, membuat mereka merasa tidak betah di rumah. Akibatnya, banyak dari mereka mencari kenyamanan di luar rumah sebagai cara untuk melarikan diri dari ketidakbahagiaan keluarga.

Kondisi ketidaksehatan mental yang dialami remaja menunjukkan keberagaman sikap yang terjadi pada remaja *broken home*, yang mencakup kesehatan mental terbilang memprihatinkan. Sebagian dari mereka senantiasa menampilkan perilaku yang kurang terpuji bahkan menjadi kebanggaan tersendiri buat mereka. Beberapa remaja dapat mengalami rasa

⁷ Willis S Sofyan, *Konseling Keluarga (Family Counseling)* (Bandung: Alfabet, 2010).

cemburu saat mengamati suasana di rumah temannya. Tidak menutup kemungkinan salah satu orang tua remaja tersebut telah meninggalkan dan remaja tersebut tidak bisa memaafkan. Inilah sebabnya mengapa faktor keluarga penting untuk kepribadian dan sikap remaja,⁸

Sikap yang dimaksud meliputi bagaimana seorang anak menjalin hubungan dengan Sang Pencipta, keluarganya, serta masyarakat di sekitarnya. Dalam hal ini, terdapat contoh sikap yang kurang baik, seperti membentak atau melawan orang tua, berbicara dengan nada kasar ketika diberikan nasihat, atau langsung pergi tanpa mendengarkan dengan sopan. Sikap-sikap tersebut mencerminkan kurangnya penghormatan dan empati dalam hubungan, baik dengan keluarga maupun lingkungan sosial, yang dapat berdampak pada keharmonisan dalam keluarga serta kehidupan bermasyarakat. Hal paling parah yang terjadi adanya kasus bunuh diri dikarenakan mental yang terganggu terhadap remaja *broken home* ini.

Sangat diperlukan adanya peran penyuluhan, khususnya bagi remaja *broken home*. Penyuluhan dalam hal ini adalah pembimbingan, pembinaan, serta arahan untuk membentuk kesehatan mental yang baik. Pembinaan Kesehatan mental ini sangat mempengaruhi terhadap kehidupan beragama remaja *broken* pada masa dewasanya nanti. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk menangani perilaku remaja melalui pembinaan mental.

⁸ Tut Wuri Tri Lestari and Arthur Huwae, "Forgiveness and Resilience: A Case of Adolescents With Broken Home Divorce," *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling* 4, no. 1 (2023): 13.

Penyuluh sosial di Kabupaten Kotawaringin Barat ini merupakan salah satu cara yang tepat dalam memberikan pemahaman dan pembinaan mental pada remaja *broken home*.

Berdasarkan realitas diatas menarik minat peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul "**Peran Penyuluh Sosial Dalam Membina Kesehatan Mental Remaja *Broken Home* Di Kabupaten Kotawaringin Barat**"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah yang disampaikan di atas, maka fokus permasalahan yang akan diteliti ialah :

1. Bagaimana peran penyuluh sosial dalam membina kesehatan mental remaja *broken home* di Kabupaten Kotawaringin Barat?
2. Bagaimana tugas penyuluh sosial dalam membina kesehatan mental remaja *broken home* di Kabupaten Kotawaringin Barat?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan dari rumusan masalah yang disampaikan di atas, sehingga terdapat beberapa tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui peran penyuluh sosial dalam membina kesehatan mental pada remaja *broken home* di Kabupaten Kotawaringin Barat.

2. Untuk mendeskripsikan tugas penyuluh sosial dalam membina kesehatan mental pada remaja *broken home* di Kabupaten Kotawaringin Barat.

D. Signifikasi Penelitian

Berdasarkan penelitian ini, signifikansi diperlukan supaya peneliti bisa memfokuskan tujuan dari penelitian. Signifikansi dikategorikan dalam teoritis dan praktis. Mengenai manfaat yang diharapkan dari penelitian ialah :

1. Secara teoritis

Penelitian ini untuk menambah wawasan tentang peran penyuluh sosial dalam membina kesehatan mental pada remaja *broken home*, serta menambah ilmu pengetahuan tentang kesehatan mental bagi para pembaca dan penulis sendiri.

2. Secara praktis

- a. Sebagai acuan dasar untuk pihak penyuluh sosial agar mengembangkan peran dalam membina kesehatan mental pada remaja *broken home* yang ada di kabupaten kotawaringin barat agar lebih efektif dan efisien,
- b. Sebagai bahan koleksi perpustakaan fakultas dakwah dan ilmu komunikasi sekaligus menambah khazanah perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin

E. Definisi Operasional/Istilah

Menghindari kesalahan dalam pemahaman judul proposal yaitu “Peran Penyuluh dalam Membina Kesehatan Mental pada Remaja *Broken Home*”

1. Peran

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), peran diartikan sebagai serangkaian perilaku atau tindakan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan kedudukannya dalam masyarakat. Sementara itu, Soerjono Soekanto mendefinisikan peran sebagai aspek dinamis dari sebuah kedudukan atau status sosial. Artinya, peran mencakup pelaksanaan hak dan kewajiban seseorang sesuai dengan kedudukannya dalam suatu struktur sosial. Ketika individu menjalankan tanggung jawab dan haknya dengan baik sesuai posisinya, ia dianggap sedang menjalankan perannya secara aktif dalam masyarakat. Peran ini menjadi elemen penting dalam menjaga keseimbangan dan keteraturan dalam kehidupan sosial dengan menjalankan suatu suatu peranan.⁹ Peran yang dimaksud pada penelitian ini merupakan adalah serangkaian perilaku, tugas, atau tindakan yang diharapkan dari seseorang sesuai dengan kedudukannya dalam suatu lingkungan sosial atau struktur masyarakat. Peran mencerminkan bagaimana seseorang menjalankan hak dan

⁹ Soerjono Soekanto, *Teori Peranan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2002), hal 243

kewajibannya dalam hubungannya dengan masyarakat yang berupa peran fasilitator, pembimbing dan pendengar.

2. Penyuluh Sosial

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata "penyuluh" berakar dari kata "suluh," yang merujuk pada alat yang digunakan sebagai media penerangan, seperti obor. Sementara itu, "penyuluh" merujuk pada individu yang bertugas memberikan panduan, penerangan, atau arahan untuk membantu orang lain menemukan jalan atau memahami sesuatu. Penyuluh yang dimaksud pada penelitian yaitu penyuluh yang ditetapkan sebagai penyuluh sosial PNS yang berada di Dinas Sosial kabupaten Kotawaringin Barat yang berdasarkan SK dari pihak Dinas Sosial yang berfokus pada pelayanan di masyarakat.

3. Kesehatan Mental

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mental diartikan sebagai hal yang berhubungan dengan batin dan watak manusia, tidak berkaitan dengan aspek fisik atau tenaga. Mental yang sehat dapat diartikan sebagai keadaan batin yang sejahtera secara menyeluruh, bukan sekadar ketiadaan penyakit atau kelemahan tertentu. Sementara itu, menurut Kaplan dan Sadock, gangguan mental merujuk pada suatu penyimpangan atau deviasi dari kondisi ideal kesehatan mental, yang

mencakup gangguan dalam fungsi emosional, perilaku, atau psikologis seseorang kesehatan mental.¹⁰

Kesehatan mental yang dimaksud pada penelitian ini merupakan keadaan seseorang yang tidak memiliki rasa bersalah terhadap dirinya sendiri serta dapat menerima kekurangan dan kelemahan diri sendiri, kemampuan menghadapi masalah-masalah yang terjadi dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosial serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

4. Remaja

Remaja adalah fase kehidupan di mana seorang individu mulai mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikologis, yang menandai awal munculnya tanda-tanda seksual hingga mencapai kematangan seksual. Masa remaja sering disebut sebagai masa transisi karena ditandai oleh perubahan signifikan dalam sikap, perilaku, dan kondisi fisik individu.

Dalam konteks penelitian, remaja berada pada tahap kehidupan yang penuh dengan perubahan, mencakup aspek emosi, tubuh, minat, pola perilaku, serta tantangan-tantangan khas masa remaja. Tahapan masa remaja ini dimulai dari remaja awal, yaitu sekitar usia 12 hingga 14

¹⁰ Moeljono Notoesodirdjo, Latipun, *Kesehatan Mental, Konsep dan Penerapan* (Malang: UMM Press, 2014), h. 42.

tahun, di mana perubahan-perubahan tersebut mulai terasa lebih jelas dan kompleks, kemudian dilanjutkan dengan masa remaja tengah sekitar usia 15 hingga 17 tahun dan masa remaja akhir sekitar usia 18 hingga 21 tahun.¹¹

5. Broken Home

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah *broken home* merujuk pada kondisi perpisahan, perpecahan, atau perceraian antara suami dan istri. Dalam pandangan lain, Ali Qaimi menjelaskan bahwa *broken home* adalah situasi di mana baik suami maupun istri enggan menjalankan tanggung jawabnya masing-masing. Rumah tangga dalam kondisi ini sering kali minim kasih sayang, kedua orang tua jarang hadir secara emosional maupun fisik, kurangnya sikap saling memaafkan dan pengakuan atas kekurangan masing-masing. Selain itu, *broken home* juga dapat digambarkan sebagai keadaan di mana suami, istri, dan anak-anak hidup secara terpisah secara emosional dan menjalani kehidupan mereka masing-masing tanpa ikatan keluarga yang harmonis dirinya sendiri.¹²

Broken home yang dimaksud pada penelitian ini merupakan *broken home* yang lebih menekankan kepada remaja yang mengalami gangguan

¹¹ Firmawati, dkk “Hubungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Pra Nikah Remaja SMAN Y Yogyakarta” (Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2017), 12–33.

¹² Ali Qaimi, *Single Parent Paran Ganda Ibu Dalam Mendidik Anak*, (Bogor: Cahaya, 2003), h. 29.

kesehatan mental akibat keluarga tidak harmonis/bercerai. Kurangnya perhatian dari orang tua terhadap remaja ini akan menjadi frustrasi, brutal, dan susah diatur.

F. Penelitian Terdahulu

Pada penelitian yang akan dilakukan ini, terdapat beberapa rujukan penelitian sebelumnya dengan adanya penelitian terdahulu. Hal ini dapat menjadi rujukan dalam penelitian tentang Peran Penyuluh Sosial dalam Kesehatan Mental pada Remaja *Broken home* di Kabupaten Kotawaringin Barat, yaitu sebagai berikut :

1. Skripsi oleh Harry Handhiman, Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam tahun 2018 yang berjudul : *Peran Penyuluh Agama dalam Pembinaan Mental Masyarakat di Wilayah Pengembangan Agrowisata di Kabupaten Bogor*. Persamaan pada penelitian terdahulu dan penelitian ini berfokus membahas bagaimana mental di masyarakat. Perbedaannya pada penelitian terdahulu membahas tentang pembinaan mental masyarakat dengan peran penyuluh agama sedangkan pada penelitian ini membahas

kesehatan mental pada remaja *broken home* dengan peran penyuluh sosial.¹³

2. Skripsi oleh Agus Sumadi, Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial tahun 2015 yang berjudul : *Kesehatan Mental Anak dari Keluarga Broken home (Studi Kasus di SD Juara Yogyakarta)*. Persamaan dari penelitian terdahulu dan penelitian ini membahas tentang kesehatan mental pada anak broken home. Perbedaannya terletak penelitian terdahulu berfokus kesehatan mental pada anak *broken home* dengan objeknya anak sedangkan penelitian ini membahas bagaimana peran penyuluh dalam kesehatan mental pada anak *broken home* dengan objeknya remaja.¹⁴
3. Skripsi oleh Yesika Rimbani, Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam tahun 2018 yang berjudul : *Pengaruh Konseling Individu terhadap Kesehatan Mental Anak dari Keluarga Broken home di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi*

¹³ Harry Handhiman, “*Peran Penyuluh Agama dalam Pembinaan Mental Masyarakat di Wilayah Pengembangan Agrowisata di Kabupaten Bogor*”, Skripsi, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah, 2018.

¹⁴ Agus Sumadi, “*Kesehatan Mental Anak dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus di SD Juara Yogyakarta)*”. Skripsi, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015.

Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. Persamaan dari penelitian terdahulu yaitu sebuah peran yang berpengaruh pada kesehatan mental. Perbedaan pada penelitian terdahulu membahas pengaruh konseling individu sedangkan pada penelitian ini membahas peran penyuluh sosial.¹⁵

G. Sistematika Penulisan

Dalam proposal ini, peneliti menggunakan sistematika yang terdiri dari lima bab dan masing-masing terbagi menjadi beberapa sub bab yaitu :

BAB I : Pendahuluan, pada bab ini menggambarkan tentang gambaran umum yang akan diteliti, yaitu terdiri dari: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II : Kajian teori, pada bab ini menerangkan tentang hal-hal yang berkaitan dengan objek penelitian serta teori-teori yang relevan untuk penelitian ini. Terdiri dari pengertian peran penyuluh, pengertian kesehatan mental, ciri-ciri kesehatan mental, pengertian remaja, pengertian *broken home*, dampak remaja *broken home*

¹⁵ Yesika Rimbani, “*Pengaruh Konseling Individu terhadap Kesehatan Mental Anak dari Keluarga Broken Home di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta.*” Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018.

BAB III : Metode penelitian, pada bab ini terdiri : metode penelitian, lokasi penelitian, jenis penelitian, subjek dan objek penelitian, Teknik pengumpulan data, pengelolaan dan analisis data, serta keabsahan data.

BAB IV : Hasil Penelitian dan Pembahasan, pada bab ini menerangkan tentang hasil dari penelitian yang dilakukan dari hasil observasi, dokumentasi, dan wawancara.

BAB V : Penutup : pada bab ini terdiri dari Kesimpulan dan Saran