

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia karena mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial. Seseorang yang memiliki kondisi mental yang sehat mampu berpikir dengan jernih, mengelola tekanan hidup, menjalin hubungan sosial yang baik, serta membuat keputusan yang tepat dalam berbagai situasi.¹ Kesehatan mental bukan hanya sekadar ketiadaan gangguan jiwa, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu dalam menjalani hidup secara produktif, menikmati aktivitas sehari-hari, serta berperan aktif dalam kehidupan sosial. Dengan demikian, kesehatan mental menjadi pondasi utama dalam menciptakan kualitas hidup yang optimal bagi setiap individu.²

¹ Saputra, Anri, and Saiful Akhyar Lubis. "Transformasi Pendidikan Islam Berbasis Kesehatan Mental Holistik." *Ar-raudah: Jurnal Pendidikan Dan Keagamaan* 1.4 (2025): 78-93.

² Yudi Kurniawan, and Indahria Sulistyarini. "Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) sebagai intervensi kesehatan mental berbasis

Kesehatan mental bukan hanya sekadar ketiadaan gangguan jiwa, tetapi juga kemampuan individu untuk menjalani hidup secara produktif, menikmati aktivitas sehari-hari, serta berperan aktif dalam kehidupan sosial. Kesehatan mental menjadi pondasi utama dalam menciptakan kualitas hidup yang optimal bagi setiap orang.³ Kesehatan mental tidak selalu terjaga dengan baik. Gangguan kesehatan mental bisa menyerang siapa saja, termasuk kelompok usia remaja. Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial.⁴ Perubahan-perubahan ini kerap kali memicu tekanan yang cukup berat, terutama ketika remaja mulai mencari jati diri, ingin mendapatkan pengakuan dari lingkungan sekitar, dan berusaha hidup lebih mandiri. Pada proses inilah dukungan

masyarakat." *INSAN: Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental* 1.2 (2016): hal. 112-124.

³ Faidah, Anna Nur, et al. "Sosialisasi Kesehatan Jiwa Raga untuk Peningkatan Kualitas Hidup dan Produktivitas." *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)* 2.2 (2024): 276-288.

⁴ Wulandari, Sri. "Dampak Belajar dan Bermain dari Rumah pada Masa Pandemi COVID-19 bagi Kesehatan Mental Anak Usia 0-12 Tahun." *Dinamika Emosi Anak Usia Dini: Kajian Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi COVID-19 (Jilid 1)* (2022): hal.21.

dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan menjadi sangat penting agar remaja bisa melalui fase ini tanpa mengalami gangguan kesehatan mental.⁵

Tekanan justru sering kali datang dari orang-orang terdekat, seperti keluarga, teman, bahkan guru di sekolah. Lingkungan yang seharusnya menjadi tempat paling nyaman dan aman justru berubah menjadi sumber tekanan yang memicu stres dan kecemasan.⁶ Salah satu bentuk tekanan yang sering terjadi namun kerap kali diabaikan adalah kekerasan verbal atau *verbal abuse*. Masalah ini sering dianggap hal yang biasa dalam kehidupan sehari-hari, padahal dampaknya sangat serius terhadap kesehatan mental remaja.⁷ *Verbal abuse* merupakan bentuk kekerasan emosional yang dilakukan melalui ucapan atau kata-kata yang menyakitkan. Bentuknya bisa berupa hinaan, ejekan, celaan, meremehkan,

⁵ Giri Wiarto, *Memahami Pribadi Remaja*. Guepedia, 2022. Hal. 76

⁶ Soumokil-Mailoa, Eva Oktavia, Yanto Paulus Hermanto, and Juliana Hindradjat. "Orang tua sebagai supporting system: penanganan anak remaja yang mengalami depresi." *Vox Dei: Jurnal Teologi dan Pastoral* 3.2 (2022): 244-267.

⁷ Anna, Farida. *Pilar-pilar Pembangunan Karakter Remaja: Metode Pembelajaran Aplikatif untuk Guru Sekolah Menengah*. Nuansa Cendekia, 2023. Hal 12

hingga ancaman secara lisan. Berbeda dengan kekerasan fisik yang dampaknya langsung terlihat melalui luka atau memar, *verbal abuse* meninggalkan luka batin yang lebih sulit dikenali.⁸

Verbal abuse sering kali dibungkus dalam bentuk candaan atau bahkan dalih sebagai cara mendidik agar anak lebih kuat, tanpa disadari bahwa hal ini justru bisa menghancurkan kondisi psikologis korban.⁹ Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa *verbal abuse* dapat memberikan dampak serius bagi kesehatan mental remaja. Ucapan-ucapan negatif yang diterima secara terus-menerus bisa membuat remaja kehilangan rasa percaya diri, merasa tidak berharga, dan mengalami penurunan harga diri.¹⁰ Apabila situasi ini tidak segera ditangani, maka dampaknya bisa berkembang menjadi gangguan mental yang lebih berat,

⁸ Radell, Milen L., et al. "The impact of different types of abuse on depression." *Depression research and treatment* 2021.1 (2021): 6654503. Hal .5

⁹ Riska, Dumyati. Penerapan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Meminimalisir Prilaku Bullying Di Smpn 1 Mekakau Ilir Oku Selatan. Diss. Uin Raden Intan Lampung, 2023.

¹⁰ Wambes, Rahmania Nader, Mega Hidayati, and Aris Fauzan. "Organisasi Keagamaan dan Penanganan Kekerasan dalam Rumah Tangga (Kdrt): Studi Tentang Peran Biro Nuurus Sakiinah dalam Kdrt di YOGYAKARTA." *Aqlam: Journal of Islam and Plurality* 5.2 (2020).

seperti depresi, kecemasan berlebihan, bahkan munculnya keinginan untuk mengasingkan diri dari lingkungan sosial. Selain itu, kesehatan mental yang terganggu juga berdampak pada prestasi akademik serta hubungan sosial remaja dengan orang lain.¹¹

Kasus yang terjadi seorang pelajar SMK berinisial H (17 tahun) Pada tanggal 6 Mei 2023, ditemukan meninggal dunia dengan cara gantung diri di pondok kayu bakar belakang rumah orang tuanya di Desa Tanjung Kemuning I, Kecamatan Tanjung Kemuning, Kabupaten Kaur. Korban pertama kali ditemukan oleh ibunya setelah mendengar suara benda jatuh dari belakang rumah seusai salat Magrib. Peristiwa ini menyoroti pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental remaja di wilayah tersebut.¹² Meskipun tidak terdapat laporan langsung mengenai kasus bunuh diri remaja di Desa Pengurung, data dari wilayah sekitar di Kabupaten Kaur

¹¹ Vidia, Ramadhan Assadiyah. Dampak Kekerasan Verbal Antar Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Psikologi Siswa Kelas Iii Di Sd Negeri 58 Kota Bengkulu. Diss. Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu.

¹² Viralpublik. (2024, April 20). *Pelajar SMK di Kaur Ditemukan Bunuh Diri*. Viralpublik. Retrieved April 23, 2025, from <https://www.viralpublik.com/index.php/pelajar-smk-di-kaur-ditemukan-bunuh-diri>

menunjukkan adanya masalah serius terkait kesehatan mental remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Sugeng Sejati, Lailatul Badriyah, dan Emellia Afria Juniza menunjukkan bahwa relasi sosial yang bersifat toksik (*toxic friendship*) memiliki hubungan signifikan dengan penurunan kualitas pertemanan. Temuan tersebut menegaskan bahwa semakin tinggi intensitas relasi toksik, maka semakin rendah kualitas hubungan sosial yang dirasakan individu, yang ditandai oleh menurunnya rasa aman, kenyamanan emosional, serta dukungan psikologis dalam relasi pertemanan.¹³ Kondisi ini memperlihatkan bahwa kekerasan verbal dan tekanan emosional dalam hubungan sosial bukanlah persoalan sepele, melainkan faktor yang dapat memengaruhi kesehatan mental secara nyata.

Faktor-faktor seperti *Verbal abuse* dalam keluarga dan kondisi lingkungan yang kurang mendukung dapat berkontribusi terhadap masalah ini. Oleh karena itu,

¹³ Sugeng Sejati, Lailatul Badriyah, dan Emellia Afria Juniza, "Dampak Negatif Perilaku Toxic Friendship dengan Kualitas Pertemanan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu," *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling* Vol. 2, No. 1 (2023):hal. 2

penelitian mengenai gambaran kesehatan mental remaja yang mengalami *verbal abuse* di Desa Pengurung sangat relevan dan penting untuk dilakukan. Fenomena *verbal abuse* ini tidak hanya terjadi di wilayah perkotaan, tetapi juga banyak ditemui di pedesaan, termasuk di Desa Pengurung, Kecamatan Kinal, Kabupaten Kaur. Meskipun desa sering kali digambarkan sebagai lingkungan yang tenang dan penuh kebersamaan, kenyataannya kekerasan verbal masih banyak ditemukan dalam kehidupan sehari-hari.

Verbal abuse di desa ini bisa berasal dari pola asuh orang tua yang keras, candaan kasar antar teman sebaya, hingga tekanan yang diterima di lingkungan sekolah. Hal ini membuktikan bahwa *verbal abuse* merupakan persoalan serius yang bisa terjadi di mana saja, tanpa memandang lokasi geografis.¹⁴ Lebih memprihatinkan lagi, *verbal abuse* terhadap remaja di Desa Pengurung sering kali dianggap sebagai hal yang lumrah. Sebagian masyarakat bahkan

¹⁴ Afriani, Nelly. Toxic Relationship Sebagai Pemicu Terjadinya Kekerasan Terhadap Perempuan (Studi Kasus Pada 4 Korban Toxic Relationship). Diss. Universitas Islam Riau, 2021.

menganggapnya sebagai metode dalam mendidik anak agar menjadi pribadi yang kuat dan tahan banting.¹⁵ Padahal, tanpa disadari, kebiasaan ini justru memberikan dampak psikologis yang berat bagi remaja. Rendahnya kesadaran masyarakat mengenai dampak negatif *verbal abuse* membuat kasus-kasus ini jarang ditangani secara serius, sehingga para korban dibiarkan menghadapi tekanan mental seorang diri.

Rendahnya kesadaran ini menyebabkan banyak remaja di Desa Pengurung mengalami berbagai gejala gangguan kesehatan mental. Gejala tersebut bisa berupa kecenderungan menarik diri dari pergaulan, merasa cemas tanpa sebab yang jelas, kehilangan semangat belajar, hingga perubahan suasana hati yang drastis. Sayangnya, minimnya wawasan masyarakat mengenai kesehatan mental menyebabkan gejala-gejala ini dianggap wajar dan sering kali diabaikan. Akibatnya, kondisi mental remaja semakin memburuk tanpa mendapatkan penanganan yang tepat. Jika situasi ini terus dibiarkan, maka

¹⁵ Mariah, Kiki, and Wenda Asmita. "Child Abuse, Marital Satisfaction and Premarital Counseling: How do They Relate One Another?." *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam* 5.2 (2024): hal. 3.

bukan tidak mungkin jumlah remaja dengan gangguan kesehatan mental di Desa Pengurung akan terus meningkat. Hal ini tentu menjadi ancaman bagi masa depan generasi muda di desa tersebut. Tanpa perhatian dan penanganan yang tepat, remaja sebagai penerus bangsa tidak akan mampu berkembang secara optimal, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial.

Melihat kondisi tersebut, maka diperlukan adanya penelitian yang mampu menggambarkan secara nyata kondisi kesehatan mental remaja yang menjadi korban *verbal abuse* di Desa Pengurung. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran akurat mengenai dampak *verbal abuse* terhadap kesehatan mental remaja, sehingga dapat menjadi acuan dalam penyusunan program pencegahan dan penanganan kasus *verbal abuse* di masyarakat. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental remaja. Dengan adanya informasi yang tepat, diharapkan masyarakat bisa lebih peduli dan tidak lagi menganggap

kekerasan verbal sebagai hal yang wajar atau sekadar candaan semata.¹⁶

Penelitian ini sangat penting dilakukan agar bisa menemukan solusi konkret untuk meningkatkan kesehatan mental remaja korban *verbal abuse* di Desa Pengurung. Melalui penelitian ini pula, diharapkan pihak keluarga, sekolah, dan masyarakat dapat bersama-sama menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, serta mendukung perkembangan remaja secara optimal. Dengan terciptanya lingkungan sosial yang sehat dan penuh dukungan, maka remaja di Desa Pengurung dapat tumbuh menjadi individu yang kuat, mandiri, dan mampu berkontribusi positif bagi lingkungannya. Hal ini tentu menjadi langkah awal dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis yang berkelanjutan bagi generasi muda, khususnya di wilayah pedesaan. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul ***“Gambaran Kesehatan Mental***

¹⁶ Niman, Susanti, Tina Shinta Parulian, and Febri Christian. "Sociodemographic Factors and Parental Verbal Abuse in Indonesia." *Qeios* (2023). Hal 8

***Remaja Yang Mengalami Verbal Abuse Di Desa
Pengurung Kec. Kinal Kab. Kaur”***

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, beberapa permasalahan utama yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tingginya Kasus *verbal abuse* terhadap Remaja
2. Kurangnya Kesadaran Masyarakat terhadap Dampak *verbal abuse*
3. Dampak *verbal abuse* terhadap Kesehatan Mental Remaja
4. Minimnya Penelitian Mengenai Kesehatan Mental Remaja Akibat *Verbal Abuse* di Desa Pengurung
5. Kurangnya Upaya Pencegahan dan Penanganan Kasus *verbal abuse*

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini akan berfokus pada gambaran kondisi kesehatan mental remaja yang mengalami *verbal abuse* di Desa Pengurung, Kecamatan Kinal, Kabupaten Kaur.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini ialah, Bagaimana gambaran kesehatan mental remaja yang mengalami *verbal abuse* di Desa Pengurung Kecamatan Kinal, Kabupaten Kaur?

D. Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran kesehatan mental remaja yang mengalami *verbal abuse* di Desa Pengurung Kecamatan Kinal, Kabupaten Kaur .

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan mental, khususnya terkait dampak *verbal abuse* terhadap kondisi psikologis remaja.

Penelitian ini juga diharapkan bisa menjadi referensi atau bahan rujukan dalam studi-studi selanjutnya yang membahas topik sejenis, terutama mengenai kesehatan

mental remaja di lingkungan pedesaan yang sering kali belum banyak diteliti secara mendalam.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Memberikan pemahaman mengenai dampak negatif *verbal abuse* terhadap kesehatan mental, sehingga remaja dapat lebih peduli terhadap kondisi psikologis diri sendiri dan berani mencari bantuan jika mengalami *verbal abuse*.

b. Bagi Orang Tua dan Keluarga

Sebagai bahan evaluasi dalam pola pengasuhan dan komunikasi dengan anak remaja, agar lebih menghindari penggunaan kata-kata yang mengandung *verbal abuse*, serta mulai membangun komunikasi yang lebih positif dan suportif.

c. Bagi Masyarakat Desa Pengurung

Memberikan kesadaran bahwa *verbal abuse* bukanlah hal yang wajar atau patut diterima dalam interaksi sehari-hari, sehingga masyarakat dapat lebih

peduli dan mendukung upaya menciptakan lingkungan sosial yang sehat secara psikologis bagi para remaja.

F. Kajian Penelitian Terdahulu

Kajian terdahulu ini biasa digunakan untuk membantu peneliti dalam melakukan penelitian dan digunakan sebagai salah satu acuan peneliti untuk melakukan penelitian sebelumnya, sehingga penelitian yang dilakukan benar-benar baru dan belum diteliti orang lain. Maka peneliti mencantumkan beberapa kajian peneliti terdahulu.

1. Penelitian yang dilakukan oleh JY Yun, G Shim, dan B Jeong (2019) berjudul “*Verbal Abuse Related to Self-Esteem Damage and Unjust Blame Harms Mental Health and Social Interaction in College Population*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei terhadap mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami kekerasan verbal secara berulang memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi, disertai penurunan harga diri serta gangguan dalam interaksi sosial. Temuan ini menegaskan bahwa

verbal abuse berdampak signifikan terhadap aspek psikologis dan relasi sosial. Persamaan penelitian ini terletak pada fokus pembahasan mengenai dampak verbal abuse terhadap kondisi mental. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian, yaitu mahasiswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada remaja usia 13–16 tahun di lingkungan pedesaan dengan pendekatan kualitatif deskriptif.¹⁷

2. AA Mwakanyamale dan Y Yizhen (2019) berjudul *“Psychological Maltreatment and Its Relationship with Self-Esteem and Psychological Stress among Adolescents in Tanzania”*. Studi ini menggunakan desain survei berbasis komunitas untuk mengkaji hubungan antara kekerasan psikologis, termasuk kekerasan verbal oleh orang tua, dengan tingkat stres dan harga diri remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kekerasan verbal memiliki self-esteem yang

¹⁷ Yun, Je-Yeon, Geumsook Shim, and Bumseok Jeong. "Verbal abuse related to self-esteem damage and unjust blame harms mental health and social interaction in college population." *Scientific reports* 9.1 (2019): 5655.

lebih rendah serta tingkat stres psikologis yang lebih tinggi dibandingkan remaja yang tidak mengalaminya. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam meneliti populasi remaja serta dampak verbal abuse terhadap harga diri dan stres. Perbedaannya terletak pada pendekatan penelitian yang bersifat kuantitatif korelasional, sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada eksplorasi mendalam mengenai gambaran kesehatan mental secara komprehensif, meliputi aspek pengelolaan stres, penerimaan diri, relasi sosial, dan stabilitas emosi.¹⁸

3. C Suárez-Relinque dan G del Moral Arroyo (2019) berjudul *"Child-to-Parent Violence: Which Parenting Style is More Protective? A Study with Spanish Adolescents"*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi untuk mengidentifikasi pengaruh gaya pengasuhan terhadap munculnya kekerasan anak terhadap orang tua. Hasil penelitian

¹⁸ Mwakanyamale, Adela A., and Yu Yizhen. "Psychological maltreatment and its relationship with self-esteem and psychological stress among adolescents in Tanzania: a community based, cross-sectional study." *BMC psychiatry* 19 (2019): 1-9.

menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dan penggunaan kekerasan verbal dalam keluarga berkorelasi dengan meningkatnya perilaku agresif remaja, termasuk kekerasan balik terhadap orang tua. Kesamaan penelitian ini terletak pada pembahasan mengenai kekerasan verbal dalam konteks keluarga dan dampaknya terhadap perkembangan psikologis remaja. Perbedaannya terletak pada fokus analisis, di mana penelitian tersebut menitikberatkan pada perilaku agresi remaja sebagai respons terhadap pola asuh, sedangkan penelitian ini berfokus pada kondisi kesehatan mental remaja sebagai korban verbal abuse.¹⁹

G. Sistematika Penulisan Skripsi

Skripsi ini disusun dalam lima bab utama yang saling berkaitan sehingga memberikan gambaran yang runtut mengenai proses penelitian yang dilakukan. Setiap bab memiliki fokus pembahasan yang berbeda namun tetap

¹⁹ Suárez-Relinque, Cristian, et al. "Child-to-parent violence: Which parenting style is more protective? A study with Spanish adolescents." *International journal of environmental research and public health* 16.8 (2019): 1320.

berkesinambungan, dimulai dari perumusan masalah hingga penyajian hasil penelitian dan rekomendasi.

Bab I: Pendahuluan berisi uraian mengenai latar belakang

masalah yang menjadi dasar pelaksanaan penelitian, identifikasi masalah, rumusan masalah yang hendak dijawab, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu, serta sistematika penulisan skripsi. Pada bab ini, peneliti memberikan gambaran umum mengenai urgensi topik yang diteliti dan alasan mengapa penelitian ini penting dilakukan.

Bab II : Kajian Pustaka memuat landasan teori yang

menjadi dasar analisis penelitian. Pembahasan dalam bab ini meliputi konsep dan teori mengenai kesehatan mental, aspek-aspek serta faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental, teori mengenai verbal abuse beserta bentuk dan dampaknya, serta teori perkembangan remaja. Seluruh teori yang disajikan digunakan untuk

memperkuat argumentasi serta menjadi kerangka acuan dalam menganalisis temuan penelitian.

Bab III : Metode Penelitian menjelaskan secara rinci mengenai pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan, lokasi dan waktu penelitian, informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta teknik keabsahan data. Bab ini memberikan rincian mengenai langkah-langkah penelitian sehingga dapat dipahami dan direplikasi oleh peneliti lain.

Bab IV : Hasil dan Pembahasan menyajikan deskripsi lokasi penelitian, profil informan, serta hasil penelitian yang diperoleh di lapangan berdasarkan tema-tema yang dianalisis. Pada bagian pembahasan, hasil penelitian dihubungkan dengan teori-teori yang telah dipaparkan pada Bab II untuk menunjukkan kesesuaian, perbedaan, atau temuan baru dari penelitian ini.

Bab V : Penutup berisi kesimpulan yang merupakan ringkasan temuan utama penelitian serta saran yang diberikan bagi berbagai pihak, termasuk pihak sekolah, siswa, program studi, maupun peneliti selanjutnya. Bab ini menjadi bagian akhir yang menegaskan kontribusi penelitian dan memberikan rekomendasi praktis maupun akademik.

