

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

WHO mendefinisikan kesehatan mental sebagai “Keadaan sejahtera yang memungkinkan seseorang untuk memenuhi potensinya, bekerja secara produktif dan bermanfaat, serta berkontribusi kepada masyarakat”. Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan orang untuk mengatasi tekanan hidup, mencapai potensi mereka, belajar dengan baik, bekerja dengan baik, dan berkontribusi pada komunitas mereka. Kesehatan mental merupakan komponen penting dari kesehatan dan kesejahteraan yang mendukung kemampuan individu dan kolektif untuk membuat keputusan, membangun hubungan, dan membentuk dunia tempat kita hidup (WHO, 2023).

Beberapa tahun terakhir ini, terdapat peningkatan pengakuan bahwa kesehatan mental memainkan peran penting dalam mencapai tujuan pembangunan global, yang dibuktikan dengan dimasukkannya kesehatan mental dalam Tujuan Pembangunan Berkelanjutan yaitu "Rencana aksi kesehatan jiwa komprehensif 2013-2030". Kondisi kesehatan mental mencakup gangguan mental dan psikososial, serta penyakit mental lainnya yang terkait dengan tekanan, gangguan, dan risiko melukai diri sendiri yang signifikan. Orang dengan kondisi kesehatan mental lebih cenderung memiliki tingkat kesehatan mental yang rendah, tetapi tidak selalu demikian (WHO, 2022).

Gangguan kesehatan mental terus meningkat di seluruh dunia. Secara global, prevalensi gangguan jiwa diperkirakan mencapai 13,0%. Diperkirakan 13,0% = 970 juta orang mengalami gangguan jiwa dalam WHO Wilayah Asia Tenggara. Gangguan kesehatan mental adalah penyebab utama hilangnya tahun hidup sehat (YLD : years of healthy life lost to disability) karena disabilitas dan depresi adalah penyebab utama YLD akibat dari kondisi kesehatan mental. Dan bunuh diri merupakan penyebab 1 dari 100 kematian di seluruh dunia diantara usia 15-29 tahun (WHO, 2019).

Sekitar 800.000 orang meninggal akibat bunuh diri per tahun, di dunia. Angka bunuh diri lebih tinggi pada usia muda. Di Asia Tenggara, angka bunuh diri tertinggi terdapat di Thailand yaitu 12.9 (per 100.000 populasi), Singapura (7,9), Vietnam (7.0), Malaysia (6.2), Indonesia (3.7), dan Filipina (3.7). Perilaku bunuh diri (ide bunuh diri, rencana bunuh diri, dan tindakan bunuh diri) dikaitkan dengan berbagai gangguan jiwa, misalnya gangguan depresi. WHO menyatakan bahwa depresi berada pada urutan nomor 4 penyakit di dunia, dan diprediksikan akan menjadi masalah gangguan kesehatan yang utama (WHO, 2019). Riset Kesehatan Dasar menunjukkan

lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Provinsi Banten merupakan salah satu provinsi dengan kasus gangguan jiwa terbanyak. Pada tahun 2018 prevalensi gangguan jiwa dengan Depresi adalah 8.7%. Prevalensi gangguan jiwa dengan gangguan mental emosional adalah 14,0% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kabupaten Tangerang merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Banten dengan jumlah kasus gangguan jiwa dalam 3 tahun terakhir sebanyak 2.328 kasus pada tahun 2017 dan 2.784 pada tahun 2018 dan 3.378 kasus pada tahun 2019 (Dinkes Kabupaten Tangerang, 2019) .

Gangguan depresi atau Depresi merupakan suasana hati yang rendah dalam waktu yang lama dan kehilangan kesenangan atau minat dalam aktivitas. Depresi berbeda dengan perubahan suasana hati dan perasaan yang normal tentang kehidupan sehari-hari. Depresi dapat memengaruhi semua aspek kehidupan, termasuk hubungan diri sendiri dengan keluarga, teman, dan komunitas. Depresi dapat menyebabkan atau berkontribusi pada masalah di sekolah atau tempat kerja. Depresi dapat terjadi pada siapa saja. Orang yang pernah mengalami pelecehan, kehilangan yang serius, atau peristiwa yang membuat stres lebih mungkin mengalami depresi (WHO, 2023).

Hal ini dimulai dengan pernyataan bahwa anak-anak dan remaja memiliki hak untuk hidup aman dan bahagia serta tumbuh dengan penuh kasih dan perhatian. Namun, saat ini, beberapa dari mereka menjadi korban berbagai bentuk kekerasan. Banyak dari mereka tidak diberi kesempatan yang adil untuk memimpikan masa depan yang sehat. United Nations Children's Fund (UNICEF) meluncurkan kampanye *Love MySelf #ENDviolence* pada tahun 2013 untuk membuat dunia menjadi tempat yang lebih aman bagi anak-anak. Adanya kampanye ini digunakan sebagai langkah untuk menjangkau anak-anak dan remaja yang terkena dampak kekerasan fisik ataupun mental. Dengan harapan bahwa cinta dan kepedulian yang dibagikan dapat membuat dunia ini menjadi tempat yang lebih baik di mana orang-orang dapat memimpikan hari esok (Home, Love Myself 2017).

*Love Myself* dimaknai sebagai upaya untuk menghargai diri yang bersifat dinamis, dan berpengaruh pada pertumbuhan fisiologis, psikologis, dan perilaku (Psychology Today, 2012). Menghargai diri dapat menjadi bekal utama dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia sejak dini. Anak sebagai generasi penerus bangsa rentan terhadap pengaruh diluar. Anak utamanya usia dini memerlukan edukasi untuk mencintai dirinya sendiri, menjadikan dirinya sebagai subjek yang perlu dihargai dan butuh

penghargaan sehingga kedepannya menjadi karakter yang tangguh, kuat dan berprinsip yang tidak mudah tergoda oleh pengaruh negative lingkungan (Lekatompessy, 2023)

Beberapa penelitian terkait yang pernah dilakukan yaitu “Analyzing the Impact of BTS on Resolving the Problem of Youth Mental Health”(Sihombing, 2021). Penulis menggunakan dua teori untuk melakukan penelitian ini : teori pertama adalah budaya populer dalam “*Cultural Theory and Popular Culture oleh John Storey (2015)*” dan teori kedua adalah *Theories and Principles of Public Communication Campaigns oleh Charles Atkin dan Ronald Rice*, dalam jurnal mereka “Teori dan Prinsip Kampanye Komunikasi Publik”. Penelitian ini berfokus pada analisis beberapa inisiatif yang dilakukan oleh BTS untuk mengatasi isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan mental remaja. Secara keseluruhan, studi tentang dampak inisiatif Bts terhadap kesehatan mental anak muda ini memiliki beberapa keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti secara pribadi merasa bahwa penelitian ini dapat dieksplorasi lebih lanjut untuk mengetahui bagaimana upaya kampanye *Love MySelf* yang dilakukan ini Bts dapat menjadi sesi '*Therapy*' bagi remaja dengan masalah kesehatan mental (Sihombing, 2021).

Studi serupa yang berjudul “Pengaruh kampanye kesehatan mental UNICEF terhadap perubahan perilaku anak muda (Survei pelanggan remaja saluran BangtanTV selama pandemi COVID-19)” (Herawati & Nasionalita, 2022). Para peneliti berfokus pada pesan dari video “UN General Assembly ke-75 dengan tema “Penggambaran Krisis Covid-19 : Mitigasi Akibat dan Melindungi Generasi Masa Depan” (Protraction of the Covid-19 Crisis: Mitigating the Impact and Protecting Future Generations). Peneliti menyelidiki dampak dari kampanye tersebut terhadap target audiens. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kampanye kesehatan mental melalui video YouTube Unicef dan Bts efektif dan mengarah pada perubahan perilaku di antara target audiens. Secara khusus, jenis kampanye tersebut yaitu kampanye perubahan sosial, dimensi perubahan konteks sosial mencapai dampak terbesar. Sebagai kampanye perubahan sosial, kampanye Unicef dan Bts didasarkan pada indikator strategi kampanye yang 'terstruktur secara efektif' yang mengarah pada perubahan perilaku terkait masalah kesehatan mental remaja selama pandemi Covid-19 di lingkungan pribadi dan sosial populasi target kampanye. Kampanye ini berhasil mencapai tujuannya untuk mengubah (Herawati & Nasionalita, 2022).

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk untuk membuat penelitian mengenai “Pengaruh kampanye kesehatan mental *Love Myself* Unicef terhadap perubahan tingkat depresi di Sekolah Menengan

Pertama”. Dengan tujuan untuk melihat bagaimana efektivitas dari kampanye *Love Myself* yang telah dideklarasikan.

### **1.1 Pertanyaan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat “Pengaruh Kampanye kesehatan mental *Love Myself* Unicef terhadap perubahan tingkat depresi di Sekolah Menengah Pertama”.

### **1.2 Tujuan Penelitian**

#### **1.2.1 Tujuan Umum**

Megidentifikasi pengaruh Kampanye kesehatan mental *Love Myself* Unicef terhadap perubahan tingkat depresi di Sekolah Menengah Pertama.

#### **1.2.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi karakteristik responden.
2. Mengidentifikasi tingkat depresi responden di Sekolah Menengah Pertama sebelum mengetahui Kampanye *Love Myself*.
3. Mengidentifikasi tingkat depresi responden di Sekolah Menengah Pertama Sesudah mengetahui Kampanye *Love Myself*.
4. Mengidentifikasi pengaruh Kampanye kesehatan mental *Love Myself* terhadap perubahan tingkat depresi di Sekolah Menengah Pertama.

### **1.3 Manfaat Penelitian**

#### **1.3.1 Untuk Praktik**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan informasi tentang kampanye kesehatan mental *Love Myself* Unicef dapat menjadi salah satu therapy dalam menurunkan tingkat depresi.

#### **1.3.2 Untuk Akademis**

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi/acuan dan pengetahuan lanjutan yang berkaitan dengan Kampanye Kesehatan Mental *Love Myself* dalam pelayanan keperawatan yang dapat dijadikan sebagai salah satu kerja sama dengan institusi pendidikan dengan upaya menurunkan masalah tingkat depresi dengan terapi non farmakologi.

#### **1.3.3 Untuk Peneliti**

Dapat meningkatkan kemampuan dalam bidang penelitian, memahami pentingnya kesehatan mental dan memberikan informasi mengenai pengaruh kampanye kesehatan mental *Love Myself* Unicef terhadap perubahan tingkat depresi di Sekolah Menengah Pertama.