

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesehatan mental merupakan suatu hal yang sangat penting dalam menjalani hidup. Kesehatan mental juga dapat menyebabkan masalah-masalah pada diri manusia, remaja salah satunya. Remaja merupakan salah satu kalangan yang paling tinggi diantara yang lain yang sangat memiliki gangguan kesehatan mentalnya contohnya seperti rasa insecure. Menurut Nova Mardiana, I. Y. (2021) rasa insecure yang dialami oleh remaja biasanya timbul dari lingkungan pertemanan yang gaya hidupnya mengikuti zaman namun rasa percaya diri yang kurang sehingga berdampak permasalahan dalam kehidupan sosial bagi remaja.

Semakin majunya perkembangan zaman ini, sering kali kita melihat dampak positif maupun negatif yang terjadi. Salah satunya dampak negatif yang terjadi pada kehidupan sosial. Kehidupan sosial masyarakat sekarang ini lebih dominan pada tingkat kesenjangan sosialnya. Maksudnya, masyarakat yang mampu lebih dihargai dibandingkan dengan masyarakat yang tidak mampu (Siti Nisrima, M. Y., 2016). Maka dari itu banyak sekali masyarakat di Indonesia khususnya tidak ingin terlihat kurang mampu, karenanya hal itu mengakibatkan terganggunya kesehatan mental yang sering terjadi pada remaja saat ini. Hal ini berdampak dengan merabaknya tingkat gaya hidup yang tinggi untuk mencari kepuasan dan kesenangan bagi kalangan pejabat, publik figur dan pengusaha-pengusaha lainnya. Hal ini bisa disebut dengan gaya hidup Hedonisme.

Dapat kita lihat kalangan seusia remaja tentu saja masih bergantung kepada orang tua dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, apalagi ketika adanya keinginan yang tidak terpenuhi remaja akan merasa waspada dengan tuntutan dan perubahan gaya hidup yang selalu berbeda dalam alur perkembangan zaman, merasa pesimis, tidak tenang, dan tertekan takut akan di nilai orang yang ketinggalan zaman apabila tidak mengikuti trend masa kini apabila terus-menerus dibiarkan dapat menyebabkan tekanan. Maka dari itu, orang tua tentu perlu menyiapkan tanggung jawab yang penuh untuk mengawasi keinginan anaknya dalam mengikuti alur perubahan zaman ini.

Gaya kehidupan remaja di era ini, dapat dipastikan pengaruh dari sosial media. Dari cara berbicara, gaya hidup, cara sikap, dan yang lainnya (Trimartati, N., 2014). Namun, ada sebagian remaja yang dirinya merasa tidak mampu mengikuti alur gaya hidup yang sudah menjadi tren masa kini, hal ini menimbulkan rasa kurang percaya diri dan merasa dirinya tidak aman, sehingga kesehatan mental mereka terganggu.

Selain sosial media yang berpengaruh bagi terganggunya kesehatan mental pada remaja, lingkungan sekitar juga dapat mempengaruhinya. Salah satunya lingkungan keluarga, apabila terdapat keluarga yang orang tuanya selalu membandingkan prestasi diantara anak-anaknya, maka hal ini juga berdampak terganggunya kesehatan mental. Hal ini terjadi karena membuat diri remaja merasa tidak dihargai oleh orang tuanya dengan prestasi atas kemampuan dirinya. Maka dari itu, peran keluarga sangat penting dan menjadi salah satu upaya dalam pencapaian perkembangan dan pertumbuhan anak di dalam keluarga (Rona Eka Kusuma et al., 2022).

Lingkungan merupakan sarana pembelajaran individu manusia dalam perkembangan sosial yang ada didalamnya. Lingkungan pun menjadi kepastian dalam perkembangan nilai sosial budaya di masa yang akan datang. Mengandalkan teknologi berpengaruh dalam perkembangan dan kemunculan yang semakin pesat ini dan sudah menjadi pedoman berkembangnya bagi setiap individu manusia. Keadaan perkembangan yang sedang terjadi ini dalam lingkungan sudah menjadi pengaruh besar. Ancaman yang muncul dari kondisi seperti ini adalah perkembangan yang terjadi pada anak remaja, khususnya dalam perilaku sosial mereka (Mueller et al., 2019; Pratiwi & Pritanova, 2017 dalam Darmawan & Setyaningrum 2021).

Seperti keadaan lingkungan di RW 02 Cempaka Krucuk sangat mempengaruhi bagi kesehatan mental bagi remaja. Sebab, kondisi lingkungan yang terdapat di tengah pusat kota disertai banyaknya Super Market dan beberapa Mall yang mengakibatkan terbentuknya gaya hidup mewah atau hedonisme dalam kehidupan sosialnya.

Dari data yang didapatkan, remaja yang mengikuti Posyandu Remaja di RW 02 Cempaka Krucuk memiliki beberapa remaja yang merasa dirinya terbawa dengan arus perkembangan zaman dan memaksakan dirinya untuk berpenampilan menarik sebagai tujuan hidupnya, agar memiliki teman banyak serta mendapatkan pujian dari teman sekitarnya. Selain itu, terdapat remaja yang selalu melakukan aktivitas diluar rumah seperti menongkrong di *Caffe* atau Mall. Maka akibatnya, jika tidak mengikuti gaya hidup seperti di lingkungannya, remaja tersebut merasa khawatir dan tidak yakin bahwa dirinya akan diterima oleh teman sekitarnya.

Posyandu Remaja RW 02 merupakan tempat yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat termasuk remaja dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja untuk meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja. Selain itu, posyandu remaja juga berasal dari hasil survei mawas diri dari masyarakat tersebut yang terbukti dari hasil musyawarah masyarakat desa bahwa perlu adanya fasilitas atau tempat bagi remaja untuk mengurangi perilaku kenakalan remaja yang semakin marak.

Kemudian, ada beberapa remaja di Posyandu Remaja RW 02 yang terbawa dengan kehidupan hedonisme, akan tetapi keadaan ekonomi keluarganya hanya cukup untuk makan sehari-hari. Serta ada beberapa remaja yang penghasilan orang tuanya berasal dari pekerjaan dengan gaji UMR (Upah Minimum Regional) bahkan ada juga yang di bawah gaji UMR. Akan tetapi, keadaan lingkungan yang memaksakan untuk masuk dalam kehidupan sosial yang mewah. Sehingga hal ini sangat berpengaruh dengan kesehatan mental bagi para remaja di tempat tersebut.

Jika hal ini terus terjadi dikalangan remaja, dampaknya akan muncul pada perkembangan remaja yang menurun akibat kesehatan mereka yang terganggu. Bahkan dapat dipungkiri banyak remaja yang tidak mau mengembangkan dirinya untuk mencapai progres yang sudah direncanakan. Selain itu, akan banyak orang tua yang mengeluh karena memiliki tanggung jawab yang tinggi atas memenuhi keinginan anaknya sendiri yang terpengaruh dengan gaya hidup hedonisme, karena

apapun yang anak inginkan tentu saja orang tua akan memberikan apa yang diperlukan untuk anaknya.

Untuk menghindari hal tersebut remaja perlu memiliki rasa *self-esteem*. Adapun *self-esteem* merupakan rasa yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri yang berkaitan dengan hubungan internal maupun eksternal yang positif, ketentraman psikologis, serta pentingnya prestasi (Vohs & Baumeister, 2016). Remaja saat ini penting memiliki *self-esteem* yang tinggi, remaja yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung jauh melakukan perilaku yang negatif dan meningkatkan semangat diri dalam motivasi belajar. *Self-esteem* yang tinggi dapat membuat manusia dapat menghargai dirinya sendiri, menerima keadaan dirinya, melihat dirinya dapat berkembang maju dan tidak berbeda dengan orang lain (Refnadi, 2018).

Peneliti tertarik mengambil judul tersebut karena pada program kegiatan Puskesmas Kejaksan yakni Posyandu Remaja Rw 02 Cempaka Krucuk banyak Individu berusia remaja memaksakan dirinya untuk memenuhi keinginannya terutama terhadap lingkungan hidupnya yang selalu dikelilingi dengan kemewahan, sehingga berdampak pada kesehatan mental remaja. Dalam hal ini banyak remaja yang keinginannya tidak terpenuhi ia merasa pesimis, gelisah, malu dan *insecure*. Tidak jarang pula remaja yang merasa dirinya tidak aman serta mengalami kecemasan maupun kegelisahan secara terus menerus akibat dari dampak negatif gaya hidup hedonisme yang tidak dapat terpenuhi dari beberapa faktor penghalang. Namun ada pula remaja yang berada dalam lingkungan hedonisme, akan tetapi remaja tersebut tidak terkena dampak negatif dari hedonisme sendiri. Hanya saja, kondisi Kesehatan mental mereka sedikit terganggu, sehingga mereka mengalami pengembangan diri yang sulit. Mereka berpikir bahwa hidup mereka hanya mampu melakukan pada putaran perilaku yang mereka bisa lakukan saja tanpa ada kemajuan dalam pengembangan diri mereka. Padahal gaya hidup hedonisme bukanlah suatu kepentingan yang berpengaruh pada diri setiap individu.

Dengan adanya kegiatan Posyandu Remaja dapat dijadikan tempat edukasi remaja untuk mengurangi perilaku hedonisme. Sebab, dilihat dari program kegiatan

Posyandu Remaja RW 02 salah satunya terdapat kegiatan konseling yang dilakukan oleh para kader remaja yakni konseling teman sebaya.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas tersebut, yang dapat diidentifikasi adalah :

1. Kecemasan remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental.
2. Rendahnya *self-esteem* pada remaja yang terjadi karena gangguan kesehatan mental akibat dari dampak negatif hedonisme.
3. Sulitnya pengembangan diri pada remaja akibat dari kesehatan mental yang terganggu.

### **C. Pembatasan Masalah**

Penelitian ini membatasi masalah yang berkaitan dengan dampak hedonisme terhadap kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja pada usia 12-17 tahun yang terdapat di posyandu remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon.

### **D. Perumusan Masalah**

Dari fokus pembahasan di atas maka ada 3 pertanyaan terkait penelitian yang peneliti kaji lebih mendalam yaitu :

1. Bagaimana gambaran hedonisme terhadap kehidupan sosial remaja di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon ?
2. Bagaimana kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon ?
3. Bagaimana dampak hedonisme terhadap kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, peneliti ini bertujuan untuk menggali informasi mengenai:

1. Untuk mendeskripsikan hedonisme terhadap kehidupan sosial remaja di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon.
2. Untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon.
3. Untuk mengetahui dampak hedonisme terhadap kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon.

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap dari hasil penelitian yang sudah didapat, dapat digunakan sebagai penunjang bertambahnya wawasan bagi para remaja maupun pembaca terkait tentang dampak hedonism terhadap kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja. Selain itu, diharapkan dapat menjadi referensi dan informasi bagi para pembaca untuk terus mengembangkan penelitian selanjutnya.

##### 2. Manfaat praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini, diantaranya :

###### a. Bagi Remaja

Dapat dijadikan sebagai motivasi bagi para remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental terhadap lingkungan yang tidak mendukung.

###### b. Bagi Orang tua

Dapat dijadikan sebagai inspirasi bagi orang tua yang menjadi tanggung jawab penuh terhadap perkembangan anaknya saat usia remaja terhadap kehidupan sosialnya.

###### c. Bagi Pembaca

Dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk proses penelitian selanjutnya agar lebih berkembang dengan versi yang lebih baik.

## G. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yakni kegiatan penelitian dengan membandingkan hasil peneliti dengan peneliti terdahulu untuk menemukan inspirasi baru pada proses penelitian yang akan dilakukan selanjutnya. Kemudian, kajian terdahulu juga meringankan proses penelitian dapat memposisikan penelitian serta menunjukkan kecocokan dalam penelitian. Beberapa penelitian yang berkaitan dengan masalah penelitian ini adalah :

1. Hasil penelitian Novita Trimartati (2014)

Penelitian ini berjudul “Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan” dengan menggunakan pendekatan kualitatif.

Perbedaan antara penelitian penulis dengan penelitian yang ditulis saudari Novita Trimartati adalah dari subjek menggunakan Mahasiswa, sedangkan penelitian ini menggunakan remaja usia 12-17 tahun. Selanjutnya, tempat lokasi penelitian penulis melakukan penelitian di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon, sedangkan peneliti terdahulu di Universitas Ahmad Dahlan.

2. Hasil penelitian Anisa Nur Andina (2019)

Penelitian ini berjudul “Hedonisme Berbalut Cinta dalam Musik K-pop” dengan menggunakan metode kualitatif. Dalam penelitian tersebut objek yang digunakan adalah remaja 17 tahun ke atas.

Perbedaan antara penelitian penulis dengan penelitian yang ditulis saudari Anisa Nur Andina adalah tempat dan variable terikat pada penelitian. Penulis menggunakan tempat di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon, sedangkan peneliti sebelumnya menggunakan tempat daerah kota Purwokerto. Kemudian penulis membahas variable terikat terkait kesehatan mental pada kehidupan sosial remaja, sedangkan peneliti terdahulu membahas cinta dalam musik K-pop.

3. Hasil Penelitian Elia Firda Mufidah dan Peppy Sisca Dwi Wulansari (2018)

Penelitian ini berjudul “Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Pascasarjana di Media Sosial” dengan menggunakan metode penelitian pendekatan kualitatif.

Perbedaan antara penelitian penulis dengan penelitian yang ditulis saudari Elia Firda Mufidah dan Peppy Sisca Dwi Wulansari adalah dari tempat penelitian. Penulis menggunakan tempat di Posyandu Remaja RW 02 Cempaka Krucuk Kelurahan Kesenden Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon. Sedangkan peneliti terdahulu menggunakan tempat di Universitas Negeri Malang. Kemudian, subjek dalam penelitian pun berbeda. Penulis menggunakan remaja usia 12-17 tahun, sedangkan peneliti terdahulu menggunakan Mahasiswa pascasarjana yang dimana usianya sudah memasuki masa dewasa.

