

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kesehatan jiwa ialah masalah kesehatan masyarakat yang sangat penting serta perlu mendapatkan perhatian lebih dari pemerintah dan masyarakat secara keseluruhan karena tingginya angka kejadian, stigma serta diskriminasi pada orang dengan masalah kesehatan jiwa di Indonesia. Masalah psikologis emosional adalah sejenis masalah kesehatan mental yang berpengaruh pada tekanan psikologis, yaitu dalam keadaan tertentu psikologi akan berubah dan dapat normal kembali, namun jika masalah psikologis emosional semacam ini tidak ditangani secara baik, akan menghasilkan proses perkembangan yang buruk (Mubasyiroh, Putri dan Tjandrarini, 2017). Individu yang mengidap masalah mental emosional disebut Orang Dengan Masalah Kejiwaan (ODMK), jika tidak mendapat pengobatan, masalah mental emosional dapat menjadi gangguan yang lebih serius (ODGJ) (Kurniawan dan Sulistyarini, 2016).

Kondisi remaja di Indonesia saat ini dapat digambarkan dengan peningkatan kenakalan tiap tahunnya, seperti perilaku membahayakan diri sendiri, mudah frustrasi, melawan orang tua, agresif, seks bebas, dan lainnya dikarenakan belum mampu melakukan kontrol emosi dan mengekspresikan emosi secara lebih tepat. Maka dari itu remaja diharapkan dapat matang secara emosional dengan mengendalikan dorongan emosinya dan menjaga dorongan emosi tersebut ke arah yang positif, sehingga mereka memahami dan bertanggung jawab atas keputusannya sendiri

Andi Anggraini Syarifuddin, 2022

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TERHADAP BUTIR ITEM KUESIONER MINDFULNESS FOKUS ASPEK EMOSI PADA REMAJA DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL DI KLINIK TALENTA CENTER BEKASI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

(Muawanah, 2012). Jika perubahan serta masalah yang terjadi pada masa remaja tidak dapat dikendalikan dengan baik, maka dapat menimbulkan masalah psikologis dan emosional pada remaja (Devita, 2019).

WHO (2018) menyatakan angka kejadian dunia orang dengan masalah mental emosional diantara usia 10 sampai 19 tahun kondisi kesehatan mental memuat 16% dari beban penyakit dan cedera global. Menurut Riskesdas tahun 2018 pada penduduk berusia di atas 15 tahun adalah 9,8 % (sekitar 19 juta orang). Hasil penelitian lain juga menyatakan sebesar 60,17% pelajar SMP-SMA mengidap tanda-tanda masalah mental emosional, tanda yang dialami yaitu sebesar 44,54% kesepian, 40,75% cemas, dan sebanyak 7,33% ada keinginan untuk bunuh diri (Mubasyiroh, Putri dan Tjandrarini, 2017).

Masalah mental emosional yang terus menerus dapat menyebabkan kegagalan dalam menjalin relasi, menderita beberapa penyakit fisik, penurunan intelektualitas, gangguan somatik, dan depresi (Prasetio, Rahman dan Triwahyuni, 2019). Menurut Riskesdas tahun 2013 masih sangat terbatasnya kapasitas sumber daya manusia untuk melakukan upaya pencegahan dan pengendalian gangguan mental emosional (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Untuk mengatasi masalah ini, metode *mindfulness* dapat digunakan untuk meningkatkan kontrol perhatian pada semua tingkat kognisi, emosi, perilaku, pengalaman fisik serta interpersonal (Afandi, 2012). *Mindfulness* telah digunakan sebagai pendekatan untuk meningkatkan kesadaran pada pikiran dan perasaan yang muncul diakui dan diterima (Thohar, 2018). Butir *item* kuesioner pada metode

mindfulness yang akan diteliti berdasarkan penelitian sebelumnya merupakan butir

Andi Anggraini Syarifuddin, 2022

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TERHADAP BUTIR ITEM KUESIONER MINDFULNESS FOKUS ASPEK EMOSI PADA REMAJA DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL DI KLINIK TALENTA CENTER BEKASI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

item kuesioner pada metode *mindfulness* yang terdiri atas delapan modul, dimana modul pertama hingga keempat menekankan pada pengelolaan emosi, dan modul kelima hingga kedelapan mengajarkan pemahaman kognitif (Dewi, 2013).

Kesadaran yang baik akan berkembang saat seseorang mampu meningkatkan kondisi fisik dan mental, pengendalian diri, regulasi emosi, serta hubungan interpersonal. Regulasi emosi sendiri diartikan sebagai upaya untuk mempertahankan, menghambat, dan meningkatkan pengalaman dan ekspresi emosional seseorang. Dapat diketahui jika individu memiliki *mindfulness* yang baik maka kesadaran akan emosi yang dirasakan akan meningkat (Thohar, 2018). Untuk mengetahui efektifitas dan ketepatan terapi *mindfulness*, maka perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas penerapan masing-masing *item* kuesioner *mindfulness* sebagai metode pengobatan (Arifin, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, terlihat bahwa masalah mental emosional khususnya pada regulasi emosi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat penting untuk diperhatikan karena dapat memperparah keadaan dan berpengaruh pada kognisi serta memiliki angka morbiditas yang tinggi di Indonesia. Oleh karena itu, berbagai upaya untuk mengatasinya harus dikaji lebih lanjut, salah satunya adalah terapi *mindfulness*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas butir *item* kuesioner *mindfulness* yang telah pakar terapkan sebagai metode terapi fokus aspek emosi pada remaja dengan masalah mental emosional.

I.2 Perumusan Masalah

Andi Anggraini Syarifuddin, 2022

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TERHADAP BUTIR ITEM KUESIONER MINDFULNESS FOKUS ASPEK EMOSI PADA REMAJA DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL DI KLINIK TALENTA CENTER BEKASI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah mental emosional merupakan masalah kesehatan yang sangat penting karena memiliki angka morbiditas yang cukup tinggi khususnya pada remaja, maka dari itu dibutuhkan intervensi, salah satunya yaitu terapi *mindfulness*, untuk melihat keefektivan dari terapi tersebut dibutuhkan uji validitas dan reliabilitas dari butir *item* kuesioner *mindfulness* itu sendiri terlebih dahulu. Hal inilah yang membuat permasalahan ini menarik untuk diteliti, sekaligus menjadikannya penting untuk dilakukan. Penulis menetapkan rumusan masalah penelitian sebagai berikut “bagaimana tingkat validitas dan reliabilitas butir *item* kuesioner *mindfulness* yang telah diterapkan fokus aspek emosi pada pasien dengan masalah mental emosional?”.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk menguji validitas dan reliabilitas butir *item* kuesioner *mindfulness* aspek emosi.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui validitas butir *item* kuesioner *mindfulness* fokus aspek emosi pada remaja dengan masalah mental emosional.
- b. Mengetahui reliabilitas butir *item* kuesioner *mindfulness* fokus aspek emosi pada remaja dengan masalah mental emosional.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Andi Anggraini Syarifuddin, 2022

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TERHADAP BUTIR ITEM KUESIONER MINDFULNESS FOKUS ASPEK EMOSI PADA REMAJA DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL DI KLINIK TALENTA CENTER BEKASI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

Memberikan informasi mengenai hasil uji validitas dan reliabilitas butir *item* kuesioner *mindfulness* yang telah diterapkan sebagai metode terapi fokus aspek emosi pada remaja dengan masalah mental emosional.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini memiliki *output* berupa *item-item* kuesioner yang layak dan dapat digunakan oleh responden sebagai alat ukur terapi *mindfulness* kedepannya.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dan sebagai dasar pembelajaran bagi mahasiswa di institusi pendidikan.

c. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat validitas dan reliabilitas butir *item* kuesioner *mindfulness* fokus pada permasalahan emosi pada pasien dengan masalah mental emosional sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk merumuskan suatu intervensi menggunakan terapi *mindfulness* bagi pasien dengan masalah mental emosional.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan, pengalaman, dan wawasan terhadap ilmu psikiatri dan psikologi mengenai terapi *mindfulness* serta kecermatan memilah tingkat validitas dan reliabilitas mengenai butir *item* kuesioner terapi *mindfulness*.