

**DEPARTEMEN ILMU
KEDOKTERAN JIWA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS
HASANUDDIN**

SKRIPSI PENELITIAN 2023

**TINGKAT KESEHATAN MENTAL MAHASISWA BARU PRODI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN**



Oleh:

ANDI MUTMAINNAH BARATENG

C011201075

Pembimbing:

dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj.

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
2023**

**TINGKAT KESEHATAN MENTAL MAHASISWA BARU PRODI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Hasanuddin

Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat

Mencapai Gelar Sarjana Kedokteran

UNIVERSITAS HASANUDDIN

ANDI MUTMAINNAH BARATENG

C011201075

Pembimbing:

dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj.

NIP: 197712232003122002

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN
TAHUN 2023**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Usulan penelitian ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Andi Mutmainnah Barateng

NIM : C011201075

Tanda Tangan :



Tanggal : 8 November 2023

Tulisan ini sudah di cek (beri tanda √)

No	Rincian yang harus di'cek'	√
1	Menggunakan Bahasa Indonesia sesuai Ejaan Yang Disempurnakan	√
2	Semua bahasa yang bukan Bahasa Indonesia sudah dimiringkan	√
3	Gambar yang digunakan berhubungan dengan teks dan referensi disertakan	√
4	Kalimat yang diambil sudah di paraphrasa sehingga strukturnya berbeda dari kalimat asalnya	√
5	Referensi telah ditulis dengan benar	√
6	Referensi yang digunakan adalah yang dipublikasi dalam 10 tahun terakhir	√
7	Sumber referensi 70% berasal dari jurnal	√
8	Kalimat tanpa tanda kutipan merupakan kalimat saya	√

HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar hasil melalui *Zoom Meeting* dengan judul :

**“TINGKAT KESEHATAN MENTAL MAHASISWA BARU PRODI
PENDIDIKAN DOKTER UMUM FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN”**

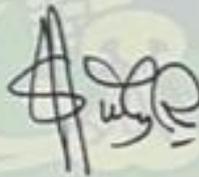
Hari/tanggal : Jumat, 16 Juni 2023

Waktu : 08.00 WITA - selesai

Tempat : *Zoom meeting*

Makassar, 8 November 2023

Pembimbing



dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj.

NIP: 197712232003122002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Andi Mutmainnah Barateng

NIM : C011201075

Fakultas / Program Studi: Kedokteran / Pendidikan Dokter Umum

Judul Skripsi : Tingkat Kesehatan Mental Mahasiswa Baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bahan persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

UNIVERSITAS HASANUDDIN

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. A. Subeyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj. (.....)

Penguji I : dr. Erlyn Limoa, S.Ked., Sp.Kj., Ph.D. (.....)

Penguji 2 : Dr. dr. Sonny Teddy Lisal, Sp.Kj. (.....)

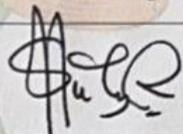
Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : 8 November 2023

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
“TINGKAT KESEHATAN MENTAL MAHASISWA BARU PRODI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN”

Disusun dan Diajukan Oleh
ANDI MUTMAINNAH BARATENG
C011201075

Menyetujui
Panitia Penguji

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj	Pembimbing	
2	dr. Erlyn Limoa, S.Ked., Sp.Kj., Ph.D.	Penguji 1	
3	Dr. dr. Sonny Teddy Lisal, Sp.Kj.	Penguji 2	

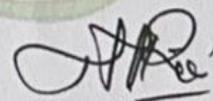
Mengetahui

Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kemahasiswaan Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddiin

Ketua Program Studi Sarjana
Kedokteran Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



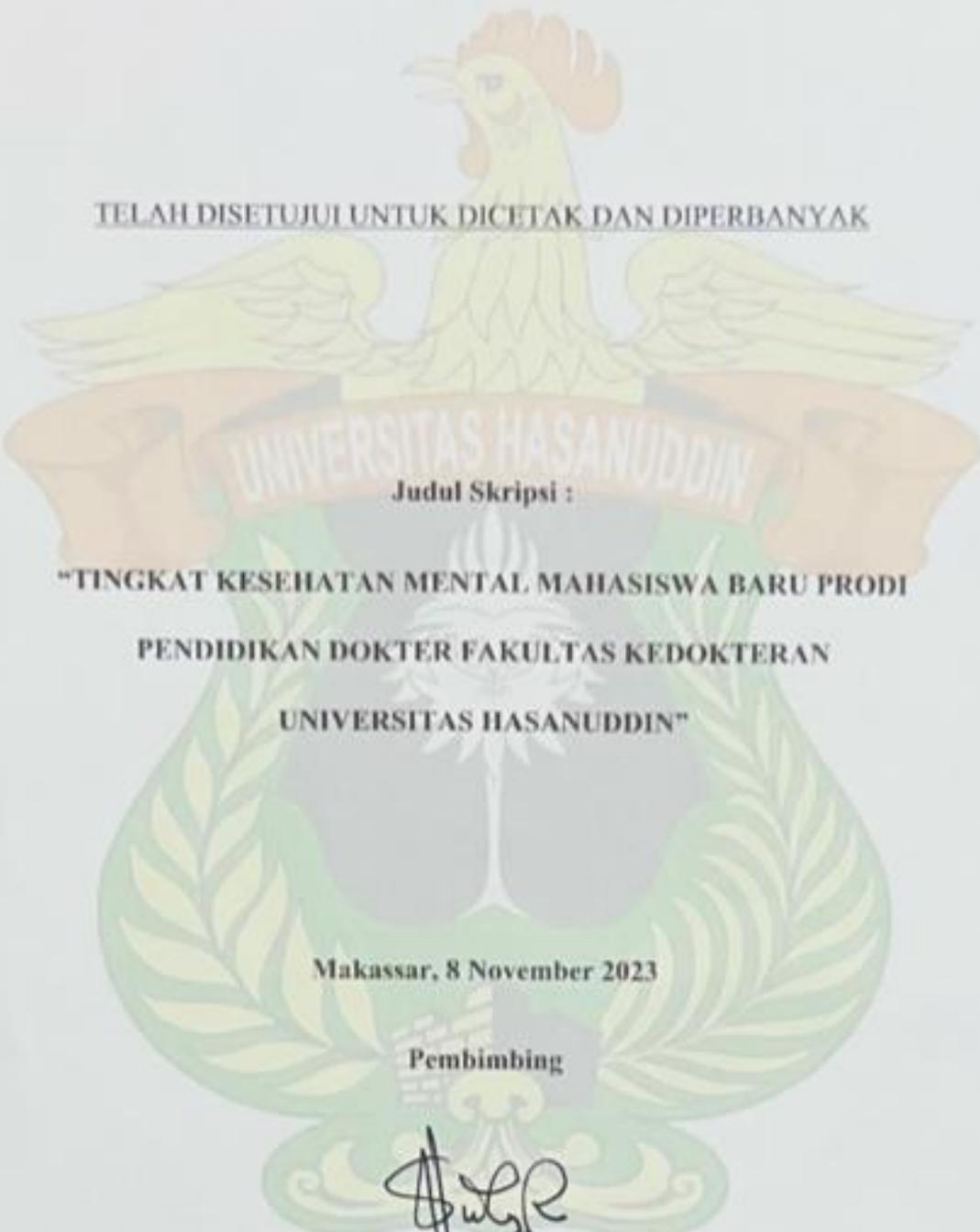
dr. Agus Salim Bukhari, M.Clin.Med,
Ph.D., Sp. GK(K)
NIP. 19700821199931001



dr. Ririn Nislawati, M.Kes., Sp.M.
NIP. 19810118200912203

BAGIAN ILMU KEDOKTERAN JIWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR

TELAHDISETUIJULUNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

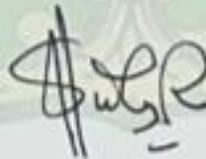


Judul Skripsi :

"TINGKAT KESEHATAN MENTAL MAHASISWA BARU PRODI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN"

Makassar, 8 November 2023

Pembimbing



dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj.

NIP: 197712232003122002

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran ALLAH SWT karena dengan izin rahmatNya lah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Tingkat Kesehatan Mental Mahasiswa Baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin”. Shalawat serta salam tidak lupa kita kirimkan kepada baginda Rasulullah SAW, sebaik-baik teladan bagi umat manusia, dan yang membawa umat manusia dari zaman penuh kebodohan ke zaman yang penuh ilmu pengetahuan.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berpartisipasi dalam pembuatan skripsi ini. Bersama ini saya menyampaikan terima kasih serta penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. **dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes, Sp.Kj** selaku pembimbing skripsi atas bimbingan dan sarannya selama penyusunan skripsi.
2. **dr. Erlyn Limoa, S.Ked, Sp.Kj, Ph.D** dan **Dr. dr. Sonny Teddy Lisal, Sp.Kj** selaku penguji yang telah memberikan saran dan tanggapannya terhadap penelitian ini
3. **Prof. Dr. dr. Haerani Rasyid, M.Kes, Sp.PD-KGH, Sp.GK, M.Sc, FINASIM** selaku dekan dan seluruh dosen serta staf yang telah memberikan bantuan selama penulis mengikuti pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin
4. Teman-teman AST20GLIA dan AMSA19 yang telah berjuang di Fakultas Kedokteran bersama-sama dengan penulis hingga berada di tahap ini.

5. Teman-teman gurl powr (Syakira, Zii, Bewe) yang selalu menjadi support system yang sangat baik bagi penulis.
6. Semua pihak yang tak mampu penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam rangka penyelesaian skripsi ini.

Terima kasih sebesar-besarnya penulis ucapkan orang tua terkhusus kepada kakek dan nenek tercinta Bapak H. A. Peroso, Ibu Hj. Rawiah, dan Hj. Sannah Nuhra atas segala doa yang selalu dipanjatkan kepada penulis, serta telah merawat penulis sejak kecil hingga dapat menyelesaikan studi S1 dan tugas akhir, dukungan serta bantuannya yang luar biasa dan tak ternilai harganya. Terima kasih pula kepada saudara saya tercinta dr. Andi Mujtahida Barateng, S.Ked. yang telah mendoakan, memotivasi, serta mendorong hingga dapat menyelesaikan studi S1. Serta terima kasih pula kepada seluruh keluarga-keluarga yang selalu ikut mendoakan dan mendukung segala hal kegiatan yang penulis lakukan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk penyempurnaan skripsi ini selanjutnya. Tiada kata yang patut penulis ucapkan selain doa semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala senantiasa melimpahkan ridho dan berkah-Nya di dunia dan di akhirat, Aamiin Allahumma Aamiin.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Makassar, 9 Mei 2023

Penulis,

Andi Mutmainnah Barateng

Andi Mutmainnah Barateng

dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj.

**TINGKAT KESEHATAN MENTAL MAHASISWA BARU PRODI
PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
HASANUDDIN**

ABSTRAK

Latar Belakang : Kesehatan mental adalah keadaan dimana seseorang berada pada keadaan sejahtera dimana seseorang dapat menyadari dirinya mampu untuk mengatasi tekanan normal hidup dan dapat bekerja secara produktif. Berbeda halnya dengan kondisi yang dihadapi oleh mahasiswa baru, dimana pada masa transisi dari SMA menjadi seorang mahasiswa adalah dua situasi yang sangat bertolak belakang sehingga menyebabkan banyak aspek perubahan yang harus dihadapi. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan mental dari mahasiswa khususnya mahasiswa baru.

Tujuan : Untuk mengetahui kesehatan mental mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

Metode : Penelitian dilakukan dengan metode penelitian deskriptif pada mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

Hasil : Jumlah subyek yang dianalisis pada penelitian ini adalah 301 mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Dari hasil analisis data tersebut didapatkan 209 orang atau 69,4% mahasiswa yang tergolong kesehatan mental kurang baik, sedangkan mahasiswa yang tergolong kesehatan mental baik sebanyak 92 orang atau 30,6% mahasiswa.

Kesimpulan : Kondisi kesehatan mental mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin yang paling mendominasi adalah mahasiswa dengan kondisi kesehatan mental yang kurang baik dibandingkan mahasiswa yang memiliki kesehatan mental baik.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, Mahasiswa Baru

**FACULTY OF MEDICINE
HASANUDDIN UNIVERSITY**

2023

Andi Mutmainnah Barateng

dr. A. Suheyra Syauki, M.Kes., Sp.Kj.

**LEVELS OF MENTAL HEALTH NEW STUDENTS OF THE MEDICAL
EDUCATION STUDY PROGRAM FACULTY OF MEDICINE
HASANUDDIN UNIVERSITY**

ABSTRACT

Background : Mental health is a state in which a person is in a state of well-being where a person can realize that he is capable of coping with the normal pressures of life and can work productively. This is different from the conditions faced by new students, where during the transition from high school to being a student, there are two situations that are very contradictory, causing many aspects of change to be faced. This can affect the mental health of students, especially new students.

Objective : To find out the mental health of new students of Medical Education Study Program, Faculty of Medicine, Hasanuddin University.

Method : The research was conducted using descriptive research methods on new students of Medical Education Study Program, Faculty of Medicine, Hasanuddin University.

Result : Total subjects analyzed in this study were 301 new students of the Medical Education Study Program, Faculty of Medicine, Hasanuddin University. From the

results of the data analysis, it was found that 209 people or 69.4% of students were classified as having poor mental health, while students who were classified as having good mental health were 92 people or 30.6% of students.

Conclusion : The most dominant mental health condition of new students of the Medical Education Study Program, Faculty of Medicine, Hasanuddin University, are students with unfavorable mental health conditions compared to students who have good mental health.

Keyword : Mental Health, New Student

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN UMUM	5
2.1 Pengertian Kesehatan Mental	5
2.2 Kriteria Kesehatan Mental	6
2.3 Prinsip Kesehatan Mental	7
2.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesehatan Mental	10
BAB III KERANGKA KONSEP	12
3.1 Kerangka Teori	12
3.2 Kerangka Konsep	12
3.3 Definisi Operasional dan Kriteria Obyektif	13
BAB IV METODE PENELITIAN	14

4.1 Desain Penelitian	14
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	14
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	15
4.3.1 Populasi Penelitian	15
4.3.2 Sampel Penelitian	15
4.4 Pengumpuln Data	15
4.4.1 Jenis Data	15
4.4.2 Prosedur Pengumpulan Data.....	16
4.5 Manajemen Penelitian	16
4.5.1 Pengumpulan Data	16
4.5.2 Pengolahan dan Analisis Data.....	17
4.6 Etika Penelitian	19
4.7 Alur Penelitian	20
BAB V HASIL PENELITIAN	21
5.1 Hasil Penelitian	21
5.2 Analisis Hasil Penelitian	21
BAB VI PEMBAHASAN	24
6.1 Kesehatan Mental	24
BAB VII SIMPULAN, KELEMAHAN DAN SARAN	27
7.1 Simpulan	27
7.2 Kelemahan	27
7.3 Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	29

Lampiran 1. Biodata Penulis	34
Lampiran 2. Surat Izin dari Instansi Kepada Kepala Komisi Etik Penelitian Kesehatan FK Unhas	35
Lampiran 3. Rekomendasi Persetujuan Etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan FK Unhas	36
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian	37
Lampiran 5. Data Kuesioner Mahasiswa Baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin	39
Lampiran 6. Analisis SPSS 28.0	55

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan yang baik dapat didefinisikan sebagai sesuatu hal yang mencakup mental dan sosial, bervariasi dari berbagai aspek baik dari sistem yang ada, budaya, atau praktik klinis yang nilainya berbeda (Manwell dkk, 2015). Salah satu definisi yang paling sering digunakan dalam mendefinisikan kesehatan mental adalah definisi menurut WHO, dimana WHO mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan sejahtera dimana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan normal hidup, dapat bekerja secara produktif dan berbuah, serta mampu memberikan kontribusi bagi komunitasnya (WHO, 2022).

Menurut Institute of Health Metrics and Evaluation (IHME) pada tahun 2019 mengatakan bahwa terdapat 1 dari 8 orang di dunia hidup dengan gangguan mental. Dimana menurut hasil riset pertahun 2019 sendiri sudah terdapat 970 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan pada kesehatan mentalnya (IHME, 2022). Gangguan mental menurut WHO umumnya ditandai dengan perubahan signifikan dari tingkat pengetahuan, pengaturan emosi atau bahkan perilaku seseorang (WHO, 2022).

Di Indonesia sendiri menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengatakan bahwa sudah terdapat lebih dari 19 juta penduduk di Indonesia yang memiliki rentan usia 15 tahun keatas telah mengalami gangguan emosional pada dirinya. Selain gangguan emosional, depresi juga menjadi salah

satu gangguan mental tertinggi ke-2 di Indonesia, terbukti dengan hasil riset yang dilakukan bahwa telah ditemukan lebih dari 12 juta penduduk Indonesia yang telah mengalami depresi pertahun 2018. Dan Sulawesi Selatan menduduki peringkat 10 besar dengan prevalensi gangguan mental terbanyak di Indonesia (Riskesdas, 2018).

Masa transisi dari SMA menjadi seorang mahasiswa adalah dua situasi yang sangat bertolak belakang, karena ada banyak aspek perubahan yang harus dihadapi baik dalam bentuk akademik, sosial dan personal dalam kehidupan perkuliahan. Menurut salah satu jurnal review yang dilakukan oleh Mahasiswa Psikologi Universitas Padjajaran bahwa banyak mahasiswa baru yang ada di Indonesia mengalami gangguan mental khususnya pada gangguan emosional, gangguan kecemasan atau bahkan mengalami depresi (Triwahyuni dkk, 2021). Dimana salah satu penelitian mengenai mahasiswa yang mengalami gangguan mental emosional pada salah satu universitas di Jakarta menemukan adanya 12,7% mahasiswa yang mengalami gangguan mental tersebut (Vidiawati dkk, 2018). Sama halnya di Universitas Udayana terdapat 29,31% mahasiswa baru yang telah menunjukkan gejala yang merujuk pada gangguan depresi berat (Karin, 2017).

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka seseorang perlu untuk mengetahui tingkat kesehatan mental dirinya sendiri. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian terkait dengan “Tingkat Kesehatan Mental Mahasiswa Baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin ”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan, maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu bagaimana tingkat kesehatan mental mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui tingkat kesehatan mental mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Klinis

Bagi tenaga kesehatan dapat mengetahui tingkat kesehatan mental mahasiswa baru Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dan mampu menjadikan hal tersebut sebagai tindak lanjut untuk lebih menanamkan kepedulian mahasiswa terhadap kesehatan mental.

1.4.2 Manfaat Akademis

1. Bagi subjek penelitian dapat lebih mengetahui informasi serta memahami tentang kesehatan mental dan dapat menjadi evaluasi diri untuk lebih peduli akan kesehatan mental.

2. Bagi peneliti dapat meningkatkan pengetahuan akademik sebagai bahan refensi untuk penelitian selanjutnya.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental ialah suatu kondisi mental seseorang sedang berada pada situasi yang sejahtera. Dimana keadaan ini yang akan memungkinkan seseorang untuk bisa mencari solusi untuk masalah hidupnya, sadar akan kemampuan yang mereka miliki, dapat melakukan segala aktivitas dengan baik, dan dapat memberikan kontribusi kepada orang lain atau lingkungan disekitarnya (WHO, 2022).

Sedangkan menurut Diana Vidya Fakhriyani (2019) kesehatan mental ini adalah sesuatu yang merujuk kepada segala sesuatu yang menjadi faktor pada perkembangan kesehatan seseorang, baik jasmani maupun rohani atau bisa diartikan baik fisik maupun mental seseorang. Dimana kesehatan mental setiap orang itu berbeda-beda dan memiliki fase naik turunnya sendiri dalam tahap perkembangannya, karena memang pada dasarnya manusia didorong untuk dapat menyelesaikan sebuah permasalahan yang bisa diselesaikan dengan berbagai pilihan penyelesaian (Fakhriyani, 2019).

Kesehatan mental ini juga dapat diartikan sebagai sesuatu hal yang dapat meningkatkan kemampuan seseorang atau masyarakat untuk bisa melakukan sesuatu tindakan atau keputusan yang dapat diputuskan sendiri untuk mencapai suatu tujuan tertentu (Purba dkk., 2021). Sedangkan American Psychological Association (APA) mengartikan kesehatan mental ialah sebuah wujud dari proses adaptasi diri seseorang yang bisa saja berhasil dan tidak memiliki

gangguan di bidang psikologis, perilaku, sosial, maupun emosional dari seseorang (Chatham, 2017).

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah keadaan dimana mental seseorang dalam keadaan sehat dikarenakan adanya keberhasilan dari adaptasi diri serta adanya beberapa faktor pendukung yang bisa mengasah kemampuan seseorang untuk bisa memutuskan tindakannya sendiri agar dapat meraih tujuan dalam kehidupannya.

2.2 Kriteria Kesehatan Mental

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Bastaman yang dituangkan dalam penelitian Mahfud bahwa terdapat kriteria sebagai cara untuk mengukur kesehatan mental:

1. Terhindari penyakit serta gangguan mental
2. Kemampuan bekerja sama dengan baik dan menciptakan hubungan yang positif dan menyenangkan
3. Mengembangkan sifat-sifat pribadi (bakat, kemampuan, sikap, serta sifat) yang berguna dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
4. Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berusaha mengamalkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari (Mahfud, 2015).

Kartono juga mengatakan pendapatnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahfud bahwa ada empat ciri-ciri orang yang sehat mentalnya yaitu orang yang:

1. Mengkoordinasikan semua upaya dan kemungkinan agar masyarakat dapat dengan mudah beradaptasi dengan persyaratan lingkungan, standar, norma sosial, dan perubahan sosial yang cepat.
2. Mengintegrasikan dan menyesuaikan struktur kepribadian seseorang untuk memastikan partisipasi aktif dalam masyarakat.
3. Selalu aktif dalam melakukan proses aktualisasi diri (yaitu mengembangkan seluruh bakat dan potensinya dalam situasi nyata), memiliki tujuan hidup, selalu berusaha untuk perbaikan diri, dan selalu berusaha mengatasi situasi yang dihadapinya
4. Memiliki semangat, sehat jasmani dan rohani, berwatak tenang dan harmonis, efektif dalam segala aktivitas, serta mampu menemukan kesenangan dan kepuasan dalam memenuhi kebutuhannya (Mahfud, 2015).

2.3 Prinsip Kesehatan Mental

Alexander Schneiders mengatakan dalam buku tentang “Kesehatan Mental” oleh Katikasari et al., menjelaskan kesehatan mental sebagai teknik yang berguna dalam pengembangan dan penerapan prinsip-prinsip yang berkaitan dengan kesehatan mental dan menenangkan serta pencegahan penyakit mental lainnya. Prinsip-prinsip untuk memahami kesehatan mental mencakup tiga hal, yaitu:

1. Prinsip berdasarkan kemanusiaan.

Ada 11 prinsip untuk memahami kesehatan mental berdasarkan sifat manusia.

- a. Kesehatan dan kesejahteraan pikiran adalah bagian dari kesehatan tubuh dan semua organisme
- b. Perilaku manusia harus konsisten dengan perilaku manusia untuk menjaga kesehatan mental dan kesejahteraan sebagai pribadi yang memiliki nilai, pemikiran, sosial, emosional dan religius.
- c. Kesehatan dan keseimbangan jiwa memerlukan kesatuan dan pengendalian diri dalam mengendalikan pikiran, perasaan, tindakan, keinginan dan emosi.
- d. Individu harus memperluas pengetahuannya pribadinya untuk mencapai dan mempertahankan keseimbangan emosional
- e. Kesehatan mental membutuhkan citra diri yang sehat, atau penerimaan diri, dan mengetahui status dan nilai sejati seseorang.
- f. Individu harus terus meningkatkan kesadaran, penerimaan diri dan penegasan diri serta perbaikan diri untuk mencapai kesehatan mental dan kesejahteraan.
- g. Ketenangan pikiran dan penerimaan yang baik membutuhkan pengembangan berkelanjutan dari seseorang dalam kaitannya dengan nilai-nilai tertinggi.
- h. Kebiasaan baik harus dipraktikkan dan dikembangkan untuk mencapai dan menjaga kesehatan mental

- i. Fleksibilitas dan adaptabilitas memerlukan kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan keadaan dan perubahan perilaku
 - j. Kesehatan dan kesejahteraan jiwa memerlukan upaya untuk mencapai kedewasaan dalam berpikir, mengambil keputusan, berperasaan dan berperilaku.
 - k. Kesehatan mental dan penyesuaian membutuhkan belajar bagaimana menghadapi konflik, kegagalan, dan konsekuensi dari stres emosional dengan baik dan sehat.
2. Prinsip-prinsip yang berkaitan dengan hubungan antara manusia dan lingkungan.

Ada tiga prinsip untuk memahami kesehatan mental berdasarkan hubungan antara manusia dan lingkungan:

- a. Kesehatan dan jiwa yang seimbang bergantung pada hubungan yang baik, terutama kehidupan keluarga
 - b. Adaptasi dan stabilitas bergantung pada kepuasan kerja
 - c. Kesehatan dan keseimbangan mental membutuhkan objektivitas sejati untuk menghadapi distorsi dan realitas yang tidak dihargai.
3. Prinsip-prinsip tentang hubungan manusia dengan Tuhan.

Ada dua prinsip untuk memahami kesehatan mental berdasarkan hubungan seseorang dengan Tuhan:

- a. Kita harus berusaha menyadarkan masyarakat bahwa semua aktivitas itu tajam.

- b. Kesehatan mental dan ketenangan pikiran membutuhkan hubungan yang langgeng antara manusia dan Tuhan.

(Kartikasari dkk, 2022).

2.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut Latipun, kesehatan jiwa adalah kemampuan seseorang untuk merespon lingkungan dan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yaitu biologis, psikologi, lingkungan dan sosial budaya. Kesehatan jiwa sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor tersebut, karena faktor tersebut saling berkaitan. Keempat faktor tersebut saling ketergantungan satu sama lain dan berperan penting dalam mengatur kesehatan mental seseorang (Latipun, 2019). Faktor-faktor internal dan eksternal tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Faktor Internal

a. Faktor Biologis

Aktivitas manusia tentunya menggunakan bentuk biologis pada umumnya seperti tidur, mandi, minum, makan dan bekerja. Hubungan spiritual pada awalnya dipahami sebagai hubungan antara tubuh dan pikiran yang tidak dapat dijelaskan secara ilmiah, tetapi sekarang dapat sudah dapat dipahami. Faktor biologis sangat mempengaruhi kesehatan mental. Masalah yang terkait langsung dengan faktor biologis meliputi otak, sistem endokrin, genetika, kesejahteraan dan keadaan ibu selama kehamilan.

b. Faktor Psikologis

Faktor psikis manusia pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem biologis. Faktor psikologis sangat erat kaitannya pada kehidupan karena aktivitas kehidupan manusia sangat beragam, maka faktor psikologis juga erat kaitannya dengan kesehatan jiwa dan khususnya hal-hal spiritual yang melekat pada jiwa manusia, yaitu ketaatan beribadah di bawah tuntunan agama dimana hal tersebut sangat erat kaitannya dengan kesehatan jiwa. Terkait dengan faktor Psikologis yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang meliputi pengalaman awal, proses belajar, dan kebutuhan.

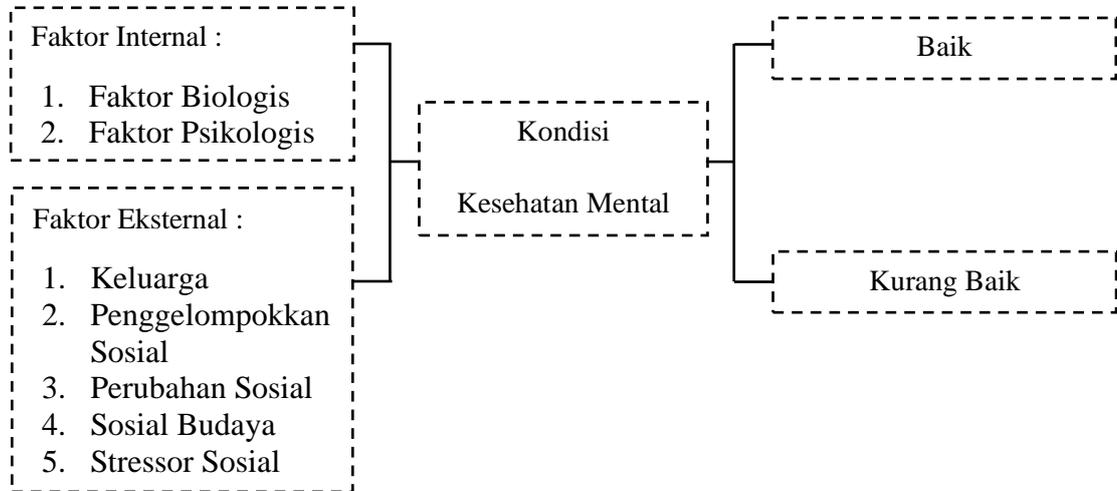
2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor sosiokultural yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwa. Faktor sosiokultural yang menghambat atau mendukung kesehatan mental meliputi lingkungan fisik, radiasi dan udara, kebisingan dan polusi, lingkungan kimiawi, lingkungan biologis, dan faktor lain seperti gempa bumi, banjir, angin topan, dan kekeringan. Perilaku orang sehat dan sakit sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial. Artinya, apakah peran orang tersebut sesuai dengan nilai-nilai yang diterima secara sosiologis. Lingkungan sosial juga mempengaruhi pola kesehatan dan penyakit, baik kesehatan fisik maupun mental (Yulianingsih, 2020).

BAB 3

KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEPTUAL

3.1 Kerangka Teori



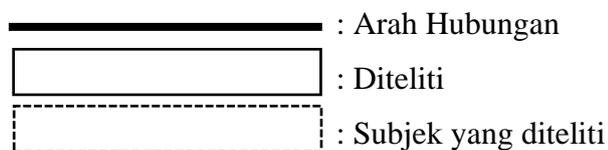
Keterangan :



3.2 Kerangka Konsep



Keterangan :



3.3 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

Tingkat Kesehatan Mental

a. Definisi :

Kesehatan mental ini adalah sesuatu yang merujuk kepada segala sesuatu yang menjadi faktor pada perkembangan kesehatan seseorang, baik jasmani maupun rohani atau bisa diartikan baik fisik maupun mental seseorang (Fakhriyani, 2019).

b. Alat Ukur : *Self Rating Questionnaire (SRQ)-20*

Self Rating Questionnaire (SRQ)-20 adalah salah satu kuesioner yang telah dirilis oleh WHO untuk menjadi salah satu kuesioner yang digunakan untuk menilai kesehatan mental seseorang. Tes SRQ-20 ini terdiri 20 pertanyaan sederhana yang mudah untuk dipahami oleh masyarakat, dimana pertanyaan ini berisi tentang gejala-gejala yang dirasakan oleh seseorang selama 30 hari terakhir. Kesehatan mental yang kurang baik dapat dideteksi ketika banyak dari gejala-gejala tersebut dirasakan dalam hal ini seperti sering merasakan sakit kepala, kehilangan nafsu makan, tidur yang tidak nyenyak, sering merasakan takut, tangan sering gemetar, pencernaan yang kurang lancar, dll. (Tesft Netsereab et all, 2018).

c. Skala : Ordinal

d. Kategori :

- Kesehatan Mental Baik : Skor SRQ-20 < 6
- Kesehatan Mental Kurang Baik : Skor SRQ-20 ≥ 6