

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Kesehatan jiwa merupakan hal yang sangat penting bagi manusia sama halnya seperti kesehatan fisik pada umumnya. Kesehatan jiwa yang baik untuk individu merupakan kondisi dimana individu terbebas dari segala jenis gangguan jiwa, dan kondisi dimana individu dapat berfungsi secara normal dalam menjalankan hidupnya khususnya dalam menyesuaikan diri untuk menghadapi masalah-masalah yang mungkin ditemui sepanjang hidupnya (AW Putri, 2015). Orang yang sehat jiwanya berarti mempunyai kemampuan menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat, dan lingkungan. Manusia terdiri dari bio, psiko, sosial, dan spiritual yang saling berinteraksi satu dengan yang lain dan saling mempengaruhi. Media sosial merupakan media komunikasi secara online yang saat ini banyak digunakan pada remaja maupun orang dewasa, penggunaan media sosial yang tinggi sehingga dapat menyebabkan memunculnya masalah-masalah psikologis (kesehatan jiwa) pada diri pengguna tanpa disadari (Myvita, 2018).

Oleh karena itu adanya gangguan kesehatan jiwa tidak bisa kita remehkan, karena jumlah kasusnya saat ini masih cukup mengkhawatirkan. Terdapat sekitar 450 juta orang menderita gangguan kesehatan jiwa dan perilaku diseluruh dunia. Diperkirakan satu dari empat orang akan menderita gangguan kesehatan jiwa selama masa hidup mereka. Berdasarkan data yang

diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi orang dengan gangguan kesehatan jiwa di Indonesia adalah 7 per mil rumah tangga, artinya per 1000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga yang memiliki keluarga menderita gangguan kesehatan jiwa atau sekitar 450.000 penderita. Gangguan kesehatan jiwa yang paling tinggi yakni kecemasan (*anxiety*) jumlah pengidapnya lebih dari 8,4 juta jiwa, sekitar 6,6 juta orang mengalami depresi, dan 2,1 juta orang mengalami gangguan perilaku.

Khusnul Maghfiroh (2019) menjelaskan bahwa kesehatan jiwa seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya tekanan dari lingkungan. Lingkungan yang dimaksud termasuk juga lingkungan di dunia maya seperti media sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Gurpreet Rekhi (2019) pengguna media sosial didominasi oleh individu dengan usia muda, tingkat pendidikan yang tinggi dan tingkat pendapatan yang lebih tinggi. Usia muda, tingginya tingkat pendidikan dan pendapatan seseorang dapat meningkatkan aksesibilitas internet dan media sosial. Adanya keterbukaan informasi dan komunikasi serta kebebasan mengekspresikan diri di media sosial tidak memungkiri rentan terjadinya *cyberbullying*. Maraknya kasus *cyberbullying* ini seiring dengan munculnya media sosial dan intensitas penggunaannya. Myvita (2018) menjelaskan tingginya intensitas penggunaan media sosial menyebabkan kecanduan dan secara tidak langsung menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan jiwa penggunanya. Penggunaan media sosial menjadi bermasalah ketika media sosial dipandang oleh individu sebagai sesuatu yang sangat penting bahkan eksklusif, kesepian atau depresi apabila tidak menggunakan media sosial. Hal ini dapat mengakibatkan kurangnya

konsentrasi dan komunikasi, menarik diri dari kehidupan sosial, dan menimbulkan kecemasan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Bangkit (2020) menjelaskan adanya dampak dari penggunaan media sosial terhadap kesehatan jiwa berupa sikap apatis pada remaja.

Untuk mencapai kesehatan jiwa yang sehat maka diperlukannya proses penyesuaian diri. Manusia menyesuaikan diri dengan berbagai macam cara maupun interaksi, salah satunya dengan berinteraksi melalui internet seperti media sosial, dengan adanya internet semua hal menjadi serba online dan dapat terhubung satu sama lain, dengan internet pula manusia dapat berinteraksi dan berkomunikasi menggunakan berbagai macam media sosial. Media sosial merupakan media yang digunakan semua orang untuk berinteraksi maupun bersosialisasi dan berkomunikasi tanpa adanya halang ruang dan waktu. Media sosial memudahkan siapa saja untuk berpartisipasi dengan memberikan kontribusi dan feedback secara terbuka, memberikan komentar, serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas (Mellyana Eka, 2019). Deteksi dini kesehatan jiwa perlu dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan jiwa seseorang agar individu yang sehat akan tetap sehat, individu yang berisiko tidak mengalami gangguan jiwa dan individu yang mengalami gangguan jiwa mendapatkan pelayanan yang tepat sehingga dapat mandiri dan produktif di masyarakat (Livana, 2018). Konsep upaya kesehatan jiwa di Indonesia yaitu kegiatan untuk mewujudkan derajat kesehatan jiwa yang optimal bagi setiap individu, keluarga dan masyarakat dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diselenggarakan secara

menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan oleh pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat (Ayuningtiyas, 2018).

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat di rumuskan masalah dalam *literatur review* ini adalah “Bagaimanakah status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

*Literatur review* ini bertujuan untuk

1. Mengetahui status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial.
2. Mengetahui pengguna media sosial.
3. Mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap kesehatan jiwa.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

*Literatur review* ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan dalam keperawatan mengenai status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Responden

*Literatur review* ini diharapkan dapat menambah informasi dan wawasan bagi responden khususnya pada pengguna media sosial mengenai status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial.

#### b. Bagi Penulis Selanjutnya

*Literatur review* ini sebagai sumber referensi dan masukan dalam penelitian ilmiah tentang status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial.

c. Bagi Profesi

Meningkatkan pengetahuan mengenai status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial.

d. Instansi Pendidikan

*Literatur review* ini sebagai informasi untuk penelitian lebih lanjut terutama mengenai status kesehatan jiwa pada pengguna media sosial.



