

Kesehatan Mental Anak di Dalam Keluarga *Broken Home*

Ilham Hudi¹, Hadi Purwanto², Khairun Nisa Defi³, Putri Nur Bintang⁴,

Silvi Mayfitri Dewi⁵, Solehatunisa⁶, Wulan Yulianti Nuraliffah⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Pendidikan IPA, Universitas Muhammadiyah Riau

*Corresponding Author. Email: ilhamhudi@umri.ac.id

Submitted: 20-01-2024

Accepted: 26-01-2024

Published: 26-01-2024

Abstrak

Remaja merupakan generasi tangguh yang mampu menciptakan atau membangun negara dimana remaja sehat jasmani dan rohani, mengetahui tentang kesehatan jiwa dan mampu bertahan dalam perubahan zaman. Namun terkait literasi kesehatan mental, masih banyak masyarakat yang belum memiliki pengetahuan tersebut. Ketidaktahuan tentang kesehatan mental dapat mempengaruhi keadaan emosional seorang remaja, karena banyak gangguan perilaku seperti kata-kata kasar, bolos sekolah, berkelahi dan minum alkohol merupakan gangguan mental emosional. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keadaan emosional dan mental remaja yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti perceraian orang tua, perundungan, pelecehan seksual, trauma masa lalu dan gaya hidup yang tidak sehat. Metode penelitian yang digunakan adalah studi pustaka, yaitu 50 artikel majalah yang terbit pada tahun 2015 sampai dengan 2023. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Kesehatan mental generasi muda sangat tinggi terutama pada usia 15 tahun keatas yaitu hingga mencapai 14,7% di dunia, terdapat berbagai faktor dan juga pengaruh dari faktor tersebut, sehingga perlu dilakukan pencegahan khususnya keluarga, karena merupakan sarana yang paling penting. Penelitian ini akan membantu mengidentifikasi penelitian tambahan yang dapat digunakan sebagai batu loncatan bagi peneliti masa depan yang tertarik dengan topik penelitian kesehatan mental remaja.

Kata kunci: keluarga, kesehatan mental, *broken home*

Abstract

Teenagers are a tough generation who are able to create or build a country where teenagers are physically and spiritually healthy, know about mental health and are able to survive the changing times. However, regarding mental health literacy, there are still many people who do not have this knowledge. Ignorance about mental health can affect a teenager's emotional state, because many behavioral disorders such as harsh words, skipping school, fighting and drinking alcohol are emotional mental disorders. The aim of this research is to determine the emotional and mental state of adolescents caused by several factors such as parental divorce, bullying, sexual harassment, past trauma and unhealthy lifestyles. The research method used is literature study, namely 50 magazine articles published in 2015-2023. The results of this research show that the mental health of the younger generation is very high, especially at the age of 15 years and over, reaching 14.7% in the world. There are various factors and also the influence of these

factors, so prevention needs to be done, especially the family, because it is the most important tool. This research will help identify additional research that can be used as a springboard for future researchers interested in the topic of adolescent mental health research.

Keywords: family, mental health, broken home

1. PENDAHULUAN

Keluarga merupakan wadah yang sangat penting antara individu dan kelompok serta kelompok sosial pertama. Keluarga merupakan tempat dimana anak, ibu, ayah dan saudara kandung berkomunikasi. Keluarga lain adalah orang pertama yang ditemui anak untuk pertama kalinya untuk mengajari mereka tentang Kehidupan bersama orang lain. Hingga bersekolah, anak menghabiskan seluruh waktunya di unit keluarga (Wardani et al., 2022).

Keluarga adalah tempat tumbuh dan berkembangnya anak baik lahir maupun batin. Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari laki-laki dan perempuan serta anak-anaknya, selain itu keluarga juga merupakan tempat yang sangat penting dimana anak-anak mendapat landasan bagi perkembangan kemampuannya, sehingga kelak mereka dapat berkembang. menerima. menjadi orang yang berguna bagi masyarakat. Seiring berjalananya waktu, tidak semuanya berjalan baik, banyak permasalahan yang bisa membuat keluarga menjadi tidak lengkap dan tidak harmonis lagi. Seringkali terjadi pertengkarantara ayah dan ibu yang pecah dan akibatnya bisa berakhir dengan perceraian. Keluarga yang tidak lengkap dan tidak harmonis bisa dikatakan sebagai rumah tangga yang rusak. Namun kenyataannya masih terdapat anak-anak yang hidup dalam keluarga yang tidak dapat menunaikan tanggung jawabnya dengan baik, yaitu keluarganya mengalami permasalahan perceraian, salah satunya adalah kematian dan Broken Home (Hanafi dan Sumardi, 2023).

Broken home merupakan suatu keadaan keluarga yang tidak bahagia dan tidak berfungsi sebagai sebuah keluarga yang rukun dan tenteram, karena sering timbul kegaduhan dan pertengkarantara yang berujung pada pertengkarantara dan berakhir dengan perceraian, dan hal ini juga berdampak baik pada anak. Dampak dari keluarga berantakan cukup beragam, salah satunya dapat berdampak negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak, khususnya pada anak usia 5-6 tahun. Padahal anak-anak saat ini berada pada masa emas atau yang lebih dikenal dengan istilah golden age. Dari berbagai penelitian mengenai masa keemasan, terlihat bahwa peranannya cukup besar dalam pembentukan sifat-sifat manusia. kecerdasan manusia guna menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Berhasil atau tidaknya perkembangan intelektual, emosional, dan spiritual seorang anak seringkali bergantung pada kemampuan dan kesadaran orang tua dalam memanfaatkan masa emas ini (Mahendra et al., 2022).

Remaja berada pada fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa, masa remaja merupakan fase perkembangan yang bersifat dinamis dan banyak mengalami perubahan dan permasalahan dalam kehidupan remaja. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, mental, sosial dan emosional. Perkembangan emosi remaja biasanya penuh energi dan emosi yang membara, sedangkan pengendalian diri masih belum sempurna. Selain itu, remaja juga sering merasa tidak aman, cemas, dan khawatir jika sendirian. Perubahan dan tantangan remaja dapat menyebabkan masalah kesehatan mental emosional pada remaja jika tidak dikelola dengan baik (Malfasari et al., 2020).

Masa remaja merupakan masa terpenting dan tersulit dalam fase perkembangan kehidupan seseorang. Banyak sekali fenomena permasalahan remaja yang tidak dapat dibedakan dari segi permasalahan psikologisnya, sehingga banyak remaja yang kebingungan dalam menyelesaikan permasalahannya mengalami stres yang berujung pada depresi. Permasalahan yang dihadapi setiap remaja tidak lepas dari banyak faktor, salah satunya adalah kesehatan mental. Kesehatan mental diartikan sebagai kinerja fungsi mental yang dapat menjadikan seseorang produktif, mampu menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, dan mengatasi kesulitan (Purnomasidi et al., 2023).

Kesehatan mental merupakan bagian penting dari kesehatan. Pola pikir yang sehat memungkinkan orang untuk menyadari potensinya, mengatasi stres dan permasalahan hidup, menjadi produktif di tempat kerja dan berkontribusi kepada masyarakat. Di Indonesia, gangguan mental emosional dengan gejala depresi dan kecemasan terjadi pada sekitar 6,1 persen masyarakat Indonesia berusia 15 tahun ke atas. Sekitar 450 juta orang di seluruh dunia menderita gangguan kesehatan mental dan perilaku, dengan angka tertinggi di India (4,5%). Satu dari empat orang akan menderita satu atau lebih gangguan kesehatan mental seumur hidupnya (Endriyani et al., 2022).

Kesehatan mental atau spiritual bagi seseorang sama pentingnya dengan kesehatan fisik atau fisik pada umumnya. Dengan kesehatan jiwa atau mental seseorang, maka aspek kehidupan lainnya akan berfungsi secara maksimal. Indonesia merupakan negara yang terus berkembang dari berbagai sudut pandang dan menjadikan masyarakatnya semakin modern. Hal ini identik dengan semakin meningkatnya tuntutan pemenuhan kebutuhan hidup, sehingga berdampak pada tekanan berlebihan pada pikiran masyarakat sehingga rentan mengalami stress, yang secara tidak langsung (sedikit banyak) dapat menimbulkan gangguan kesehatan jiwa atau mental. Menderita gangguan kesehatan jiwa masih dipandang sebagai sumber rasa malu atau malu bagi keluarga atau orang tercinta yang memiliki gangguan kesehatan jiwa atau mental (Putri et al., 2015).

Selain perceraian orang tua, tantangannya adalah perubahan pola komunikasi dalam keluarga. Di era digital, komunikasi antar anggota keluarga semakin tergantikan oleh teknologi (Kamaludin et al., 2021). Hal ini dapat membuat anak menjadi kurang dekat dengan orang tuanya dan lebih rentan terhadap konflik. Untuk mengatasi tantangan dan perubahan sosial ini, diperlukan ide-ide untuk meningkatkan kesehatan mental anak-anak dari keluarga berantakan. Salah satu ide yang mungkin menjadi kuncinya adalah memberikan dukungan psikologis kepada anak-anak yang berasal dari keluarga yang berantakan. Dukungan ini dapat diberikan oleh orang tua, guru atau profesional.

Selain itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental anak-anak yang tinggal di rumah tangga yang berantakan. Masyarakat perlu menyadari bahwa anak-anak dari keluarga berantakan rentan mengalami masalah kesehatan mental dan perlu mendapatkan dukungan yang tepat. Peningkatan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental anak dapat dilakukan melalui berbagai kegiatan, seperti sosialisasi, kampanye, dan pelatihan. Akses terhadap layanan kesehatan mental bagi anak-anak dari keluarga berantakan harus ditingkatkan untuk memastikan mereka menerima dukungan yang tepat. Memberikan program pendukung seperti bimbingan belajar, kegiatan ekstrakurikuler dan rekreasi dapat membantu anak-anak bermasalah mengembangkan dan meningkatkan kesehatan mental mereka. Dengan pemikiran tersebut diharapkan permasalahan kesehatan mental anak dapat teratasi, dan anak dapat tumbuh dan berkembang secara sehat.

Masyarakat Indonesia meyakini bahwa kesehatan jiwa atau gangguan jiwa tidak bisa ditangani sedemikian rupa sehingga penderitanya layak untuk diisolasi. Stigma negatif yang kuat dari masyarakat terhadap penderita gangguan kesehatan mental menyebabkan penderitanya tidak mendapatkan pengobatan yang tepat. Menghadapi rasa malu, keluarga penderita masalah kesehatan mental lebih memilih mengurung anggota keluarganya yang memiliki masalah kesehatan mental di rumah. Ancaman terhadap keselamatan orang lain. Karena stigma negatif tersebut, fasilitas kesehatan yang menangani masalah ini sulit membantu mereka yang membutuhkan. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan mental dan kesehatan mental menyebabkan masyarakat menjadi terlena dan hanya menggunakan hal-hal yang sangat sederhana sebagai bentuk pengobatannya. Kurangnya keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental menempatkan masyarakat dalam perspektif (Putri et al., 2015).

Kesehatan mental merupakan bagian integral dari definisi kesehatan. Kesehatan mental yang baik memungkinkan orang untuk menyadari potensi mereka, mengatasi stres sehari-hari, melakukan pekerjaan yang produktif dan membuat perbedaan dalam komunitas mereka. Oleh karena itu, keberadaan gangguan kesehatan jiwa tidak bisa dianggap remeh karena jumlah kasusnya saat ini masih cukup memprihatinkan. Terdapat sekitar 450 juta orang di seluruh dunia yang menderita gangguan kesehatan mental dan perilaku. Diperkirakan satu dari empat orang akan menderita masalah kesehatan mental seumur hidupnya (Ayuningtyas et al., 2018).

Faktor penyebab perpecahan dalam negeri dapat dibedakan menjadi enam faktor yaitu; 1) komunikasi suami/istri terputus secara ekonomi, 2) egoisme pasangan yang seharusnya saling memahami dan memahami, 3) kondisi ekonomi yang buruk, 4) rendahnya pemahaman/pendidikan suami atau istri, 5) suami/istri yang sibuk, 6) intervensi pihak ketiga. Pada saat yang sama, dampak dari rumah tangga yang rusak (*broken home*) terhadap tumbuh kembang anak sangatlah negatif. Dampak tersebut antara lain perilaku agresif pada anak, kenakalan, menurunnya prestasi sekolah, perilaku menyimpang dan gangguan kesehatan jiwa akibat patah hati, rusaknya integritas, rusaknya nilai-nilai dan rusaknya hubungan (Muttaqin dan Sulistyo, 2019).

Akibat paling umum dari gangguan kesehatan mental pada remaja adalah kecemasan dan depresi. Dalam kasus ekstrim, penderita gangguan depresi mungkin tidak bisa bangun dari tempat tidur atau menjaga diri secara fisik, dan penderita gangguan kecemasan tertentu mungkin tidak bisa keluar rumah atau melakukan ritual kompulsif yang membantu menghilangkan rasa takutnya. Selain itu, gangguan kesehatan jiwa juga dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup, penggunaan zat psikoaktif, gangguan psikotik, dan bunuh diri (Nur et al., 2023).

Permasalahan kesehatan mental anak yang tinggal di rumah tangga (*broken home*) menjadi topik penting dalam konteks sosial saat ini terkait dengan kesejahteraan anak di Indonesia. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengungkapkan, sebanyak 3.172.498 atau 4,79 persen keluarga terdaftar yang tinggal di Indonesia pernah mengalami konflik perceraian. Angka tersebut menunjukkan bahwa permasalahan ini telah menjadi permasalahan yang cukup serius di masyarakat.

Permasalahan kesehatan mental pada anak akibat dari keluarga berantakan (*broken home*) dapat memberikan dampak negatif terhadap tumbuh kembang anak secara fisik, mental, dan sosial. Anak-anak yang pernah mengalami keluarga yang berantakan (*broken home*) lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, gangguan perilaku, dan ketidakmampuan belajar. Hal ini dapat menghambat perkembangannya dan menyulitkan adaptasi terhadap lingkungan sosial.

Permasalahan sosial dan kurangnya dukungan sosial menyebabkan terjadinya depresi pada generasi muda, terutama jika mereka tidak menerima diri sendiri dan lingkungannya. Munculnya konflik internal pribadi juga dapat menyebabkan remaja menyelesaikan masalah dengan obat penenang, yang pada saat yang sama dapat menyebabkan depresi. Peran lingkungan terhadap kesehatan mental berbanding terbalik dengan jumlah kasusnya. Perjuangan melawan penyakit mental yang sedang berlangsung menjadi salah satu penyebab munculnya stigma negatif terhadap generasi muda dengan masalah kesehatan mental. Minimnya pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan mental di kalangan remaja dan orang disekitarnya menunjukkan bahwa mereka kurang memiliki pengetahuan mengenai masalah kesehatan mental. Generasi muda dapat melawan stigma negatif seputar kesehatan mental yang semakin meningkat (Nurfadilah et al., 2021).

Itu sebabnya penting bagi remaja untuk memahami kesehatan mentalnya. Fokus responden generasi muda adalah berupaya meningkatkan literasi kesehatan mental sedini mungkin. Remaja merupakan usia yang paling tepat untuk memberikan pendidikan baik kepada generasi muda maupun orang dewasa (Lestari, 2023; Maulana & Nurfauzi, 2023), terutama dalam lingkungan keluarga. Perbedaannya terletak pada pemahaman media digital, dimana orang dewasa jarang menggunakan teknologi sehingga menjadi kendala dalam pelatihan literasi kesehatan mental. Sebab, usia remaja dianggap sebagai usia paling efektif untuk memulai pendidikan. Remaja dapat memberikan pengaruh positif kepada remaja lainnya dalam hal pemahaman dan sikap. sejalan dengan tren ini (Yuliasari dan Pusvitasisari, 2023).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian literatur untuk mengukur kesehatan mental anak terhadap keluarga yang broken home. Melalui penelitian ini, peneliti dapat memberikan program dukungan seperti bimbingan konseling, kegiatan rekreasi bersama keluarga, peningkatan kesadaran masyarakat, akses terhadap layanan kesehatan mental anak seperti psikolog dan psikiater untuk membantu anak yang broken home mengembangkan dan meningkatkan kesehatan mental terhadap jati diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keadaan emosional dan mental remaja yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti perceraian orang tua, perundungan, pelecehan seksual, trauma masa lalu dan gaya hidup yang tidak sehat.

2. METODE

Penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis literatur review. Penelitian ini menggunakan anak-anak yang pernah mengalami broken home dalam keluarga. Prosedur penelitian ini menggunakan analisis data, penyajian dan juga penarikan kesimpulan. Bahan dan alat yang digunakan merupakan data tahunan dari dinas sosial yang dikumpulkan untuk studi kasus kesehatan mental anak dari keluarga yang broken home. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Dengan informasi ini, kita dapat menyederhanakan data yang tersedia dan menarik kesimpulan dari penelitian yang disajikan. Data disajikan setiap tahunnya dengan mengelompokkan informasinya. Teknik analisis pada penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif dengan cara reduksi data, penyajian data, dan juga penarikan kesimpulan.

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka dengan menggunakan 50 artikel jurnal yang diterbitkan antara tahun 2015 hingga 2023. Tinjauan pustaka merupakan suatu kerangka acuan, konsep atau arah untuk menganalisis dan mengklasifikasikan data yang dikumpulkan. dalam sebuah penelitian yang dilakukan.

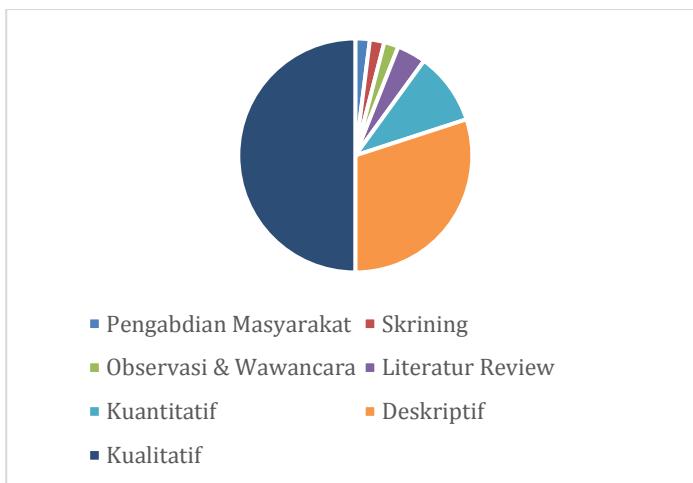
Dengan kata lain, tinjauan literatur adalah metode menganalisis informasi dan artikel yang berkaitan dengan subjek.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Pencarian Data Publikasi Artikel Jurnal Tentang Kesehatan Mental

Kesehatan mental menurut seorang ahli kesehatan Merriam Webster, merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi berfungsi dalam komunitasnya, dan memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari.¹ Kondisi mental yang sehat pada tiap individu tidaklah dapat disamaratakan. Kondisi inilah yang semakin membuat urgensi pembahasan kesehatan mental yang mengarah pada bagaimana memberdayakan individu, keluarga, maupun komunitas untuk mampu menemukan, menjaga, dan mengoptimalkan kondisi sehat mentalnya dalam menghadapi kehidupan sehari-hari (Zulkarnain, 2019).

Berdasarkan informasi yang diperoleh mengenai metode yang digunakan pada artikel jurnal kesehatan mental pada Gambar 1. Terlihat bahwa lebih banyak metode yang digunakan dalam penelitian kualitatif yaitu. 25 artikel, 15 artikel metode deskriptif, 5 artikel metode kuantitatif, 2 artikel tinjauan pustaka. metode. pengabdian masyarakat, observasi dan ujian masing-masing 1 artikel, sehingga terkumpul total 50 artikel jurnal. Hal ini menunjukkan bahwa metode kualitatif digunakan dalam penelitian kesehatan mental.



Gambar 1. Metode yang Digunakan dalam Penelitian Kesehatan Mental

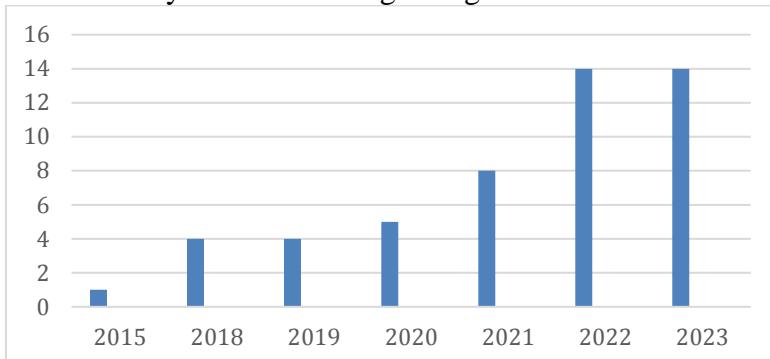
Tabel 1. Data Jumlah Artikel Kesehatan Mental

Tahun	Jumlah Artikel
2015	1
2018	4
2019	4
2020	5
2021	8
2022	14
2023	14

Data yang diperoleh pada Gambar 1 dan Tabel 1 menunjukkan peningkatan jumlah artikel jurnal faktor dan dampak kesehatan mental remaja yang signifikan antara tahun 2015 hingga tahun 2023. Pada awal periode ini, yaitu pada tahun 2015, terdapat 1

artikel yang meneliti hal tersebut. topiknya, namun dari awal periode hingga akhir periode, jumlah ini terus bertambah menjadi 14 artikel pada tahun 2023.

Studi kesehatan mental ini melaporkan peningkatan tajam jumlah kasus bunuh diri yang disebabkan oleh gangguan mental remaja. Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor internal seperti perceraian orang tua dan kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua, sehingga anak merasa sendirian dan menganggap orang tuanya tidak menginginkannya, serta faktor eksternal seperti perundungan atau pelecehan seksual yang dilakukan oleh teman sebaya atau dari orang-orang tertentu.



Gambar 2. Data Jumlah Artikel Kesehatan Mental

Gambar 2 menunjukkan hasilnya, yaitu. Penerimaan 1 artikel jurnal pada tahun 2015, 4 jurnal pada tahun 2018 dan 2019, 5 jurnal pada tahun 2020, 8 jurnal pada tahun 2021 dan terakhir 14 artikel jurnal pada tahun 2022 dan 2023. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah penelitian tentang kesehatan mental semakin meningkat sepanjang waktu.

Secara umum, peningkatan tajam jumlah artikel yang menyelidiki kesehatan mental dari tahun 2015 hingga 2018 menunjukkan bahwa minat terhadap penelitian tersebut semakin meningkat di kalangan masyarakat dan akademisi. Hal ini dipengaruhi oleh kesadaran akan dampak dan dampak gangguan kesehatan mental pada remaja. Peran orang tua, teman sebaya dan guru dalam menjaga kesehatan jiwa dan menanggulangi gangguan jiwa pada remaja sangat diperlukan.

3.2 Pembahasan

Berdasarkan informasi mengenai metode yang digunakan dalam artikel jurnal kesehatan mental, terlihat bahwa artikel jurnal yang diterima berkaitan dengan kesehatan mental anak. Kesehatan mental sangat penting bagi seseorang karena dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Kesehatan mental yang baik juga mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Kesehatan mental yang baik meningkatkan kemampuan seseorang baik secara fisik maupun dalam bidang akademik dan non akademik.

Masalah pertama dari data yang dihasilkan adalah masa remaja sering terjadi. Ini disebut periode penemuan diri. Masa remaja berada pada masa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Tak heran jika pada masa pencarian jati diri ini, remaja sering kali diliputi kebingungan dan kecemasan sehingga jarang berpikir positif, hanya berpikir praktis, dan disertai dengan rasa kurang percaya diri. Berbagai permasalahan dapat muncul pada masa remaja, mulai dari permasalahan yang sepele hingga permasalahan yang mempengaruhi kesehatan mental remaja. Sayangnya, banyak orang tua yang tidak mengetahui atau menyadari permasalahan anak remajanya. Padahal orang tua merupakan pihak terdekat remaja yang dapat membantu remaja menghadapi berbagai permasalahan (Nuraenah et al., 2023).

Remaja mempunyai ciri-ciri penting seperti hubungan yang matang dengan teman sebaya atau lingkungan, kemampuan menerima dan mempelajari peran sosial sebagai

laki-laki atau perempuan dewasa yang dihormati dalam masyarakat, penerimaan terhadap kondisi fisik, dan kemampuan berfungsi. Gunakan mereka untuk secara efektif mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, untuk memilih dan mempersiapkan profesi masa depan sesuai dengan minat dan kemampuan, untuk membentuk sikap positif terhadap pernikahan, kehidupan keluarga dan memiliki anak, untuk mengembangkan keterampilan intelektual dan pemahaman yang diperlukan sebagai warga negara . , untuk mencapai perilaku yang bertanggung jawab secara sosial dan untuk memperoleh nilai-nilai dan sistem perilaku etis untuk kepemimpinan. Keluarga memegang peranan penting dalam perkembangan manusia. Dampak yang dialami subjek ketika keadaan keluarga berubah, subjek merasa sakit hati, bingung dan kecewa. Guru punya cara untuk mengatasi perasaan ini (Zuhriyah, 2021).

Kesehatan mental yang baik dapat berdampak besar pada prestasi akademik seseorang. Jika kesehatan mental seseorang baik maka ia akan mudah mengikuti kelas dan mudah menerima materi yang diberikan oleh guru. Jika nilai yang didapat bagus dan memuaskan maka akan membuat bangga orang tua terhadap anaknya.

Keluarga harmonis membuat anak betah di rumah. Keharmonisan keluarga berdampak besar pada kesehatan mental anak. Jika anak nyaman tinggal serumah dalam keluarga yang harmonis maka kesehatan mental anak akan terjaga dan anak merasa bahagia serta merasa diinginkan, dicintai, diperhatikan dan juga dibutuhkan oleh keluarganya. Berperilaku positif seperti tangguh, pekerja keras dan mandiri.

Perilaku positif ini tentunya tidak muncul dengan sendirinya, melainkan dibarengi dengan kontrol yang baik dan perhatian orang tua yang maksimal. Sebaliknya jika orang tua kehilangan kendali dan tidak memberikan perhatian lebih kepada anaknya serta mengenalkan nilai-nilai agama, nilai perilaku, dan nilai tuturan yang baik, maka anak akan berperilaku negatif atau menyimpang.

Ketidakharmonisan dalam rumah tangga merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya perpecahan rumah tangga. Faktor penyebab terjadinya Broken Home pada anak diantaranya adalah perceraian, permasalahan pendidikan, permasalahan keuangan, ketidakdewasaan dalam sikap orang tua, kurangnya tanggung jawab, jarak dari Tuhan dan hilangnya kehangatan dalam keluarga. Di antara sekian banyak penyebab rusaknya rumah tangga pada keluarga sumbang, ada kemungkinan untuk meminimalisirnya agar jumlah rumah tangga rusak tidak bertambah setiap tahunnya. Oleh karena itu, untuk mewujudkan keluarga yang harmonis perlu adanya kesadaran akan kepedulian, rasa hormat dan pengembangan terhadap orang lain (Afriadi et al., 2020).

Broken home sangat mempengaruhi kondisi mental, sikap dan perilaku anak. Anak-anak dari keluarga yang berantakan bisa menjadi antisosial, takut untuk memulai sebuah keluarga, menarik diri dan pendiam. Hal ini disebabkan oleh kekerasan dalam rumah tangga, orang tua yang beracun, dan perselisihan dalam keluarga. Mereka cenderung menyendiri dan tidak mau berinteraksi dengan orang lain. Padahal, kehidupan sosial sangat penting bagi anak usia ini karena sangat berguna untuk mendorong pertumbuhan mentalnya. Jika kondisi kejiwaan mereka terganggu, maka sangat sulit untuk mengembalikan mereka menjadi anak normal. Sebab, selain didorong oleh banyak faktor dari luar, ia juga harus melawan rasa takutnya, menghadapinya juga tidak mudah, untuk melawan rasa takutnya anak harus sadar dan siap berubah, karena akibat trauma yang mendalam. , sangat sulit mendapatkan keberanian dan keinginan untuk berubah (Sigiro et al., 2022).

Masalah mental dan emosional yang buruk pada remaja antara lain lebih suka menyendiri, khawatir atau khawatir terhadap sesuatu, sering tidak bahagia, depresi atau

menangis, sulit berkonsentrasi, sering pemalu, kurang konsentrasi. Sangat berbahaya bagi kesehatan mental remaja jika tidak diberikan perawatan dan perhatian. terutama karena dapat berdampak buruk pada perkembangan generasi muda dan kehidupan mereka sehari-hari. Terdapat risiko pertumbuhan kognitif dan kesulitan belajar karena mereka tidak dapat berkonsentrasi belajar, berfungsi dengan baik di lingkungan sekolah, sehingga dapat mengurangi jumlah kejahatan dan kenakalan seiring bertambahnya usia (Kamalah dan Nafiah, 2023).

Anak yang mengalami Broken Home hendaknya disikapi dengan baik, karena dari segi spiritual dan psikologis anak memerlukan konseling untuk memulihkan kondisinya. Dari sini dapat disimpulkan bahwa anak memerlukan perhatian khusus dari orang tua yaitu kasih sayang dan pendidikan. Agar kedepannya anak-anak dari keluarga Broken Home (keluarga yang patah hati) pada fase transisi remaja tidak mengalami gangguan kesehatan mental yang berujung pada perubahan perilaku bahkan bunuh diri akibat depresi yang dialami dalam keluarga.

Melihat dampak kekerasan terhadap anak korban kejahatan Broken Home, maka peran aktif masyarakat, individu dan pemerintah untuk mengatasinya sangatlah penting. Sistem pengasuhan anak yang efektif memerlukan komponen-komponen yang saling berhubungan. Bagian tersebut mencakup sistem jaminan sosial bagi anak dan keluarga yang mendorong perilaku yang pantas di masyarakat. Selain itu, diperlukan juga kerangka hukum dan kebijakan yang mendukung sistem informasi dan data perlindungan anak (Hartanti dan Salsabila, 2020).

Sebagai landasan dan peranan penting, remaja diharapkan mampu menjawab tantangan saat ini, saat ini, dan masa depan. Persiapan mental dan emosional remaja sangatlah penting, karena masa remaja merupakan masa yang banyak perubahan sehingga menuntut remaja untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Perubahan pada masa remaja merupakan hal yang wajar, namun jika seorang remaja tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan atau tidak siap menolak perubahan serta tidak mampu mengembangkan keterampilan yang efektif maka ia akan menghadapi berbagai permasalahan pada masa remaja. Generasi muda yang tidak beradaptasi terhadap perubahan, mengalami kesulitan dalam menentukan pilihan, biasanya berperilaku tidak normal sehingga menimbulkan banyak permasalahan yang belum terselesaikan sehingga menimbulkan frustasi, putus asa, harga diri dan perasaan gagal, tidak kompeten. Jika kondisi ini tidak segera ditangani dan terus berlanjut, dapat memicu depresi remaja yang merupakan penyebab utama gangguan kesehatan mental pada remaja (Mailoa et al., 2022).

Kehati-hatian keluarga dalam menunjang perkembangan mental anak harus mengarah pada pembinaan yang baik dan juga hubungan yang hangat antar anggota keluarga. Anak-anak dari keluarga Broken Home juga memiliki keterbatasan mental untuk beraktivitas akibat pengalaman buruk dalam keluarga. Hal terbesar yang dapat memulihkan iman dan keberanian seorang anak dari keluarga yang berantakan adalah memperlakukannya dengan kehangatan dan kasih sayang yang layak diterimanya dalam keluarganya. Peran keluarga adalah membimbing anak menuju pertumbuhan mental yang baik dan membimbing anak sedemikian rupa sehingga ekspresi anak terhadap pengaruh orang baik menjadi kenyataan. Informasi yang kami peroleh dari informan kami mengenai keadaan keluarga yang patah rumah tangga, perubahan mental dan emosional memang pasti terjadi, namun tidak bersifat permanen. Seseorang yang mampu mengembalikan anak pada sistem transisi mental yang baik, maka ia juga akan membangkitkan mental anak secara maksimal dan tumbuh dengan baik. Perkawinan

dalam perkawinan antara laki-laki dan perempuan harus dievaluasi secara matang agar ungkapan “broken home” yang mengganggu kesehatan mental anak tidak terulang kembali (Sigiro et al., 2022).

Banyak anak muda yang berasal dari rumah tangga yang berantakan tumbuh dalam rumah tangga yang berantakan tanpa kasih sayang dan bimbingan orang tua mereka. Terkadang mereka menggunakan keluarga yang berantakan sebagai alasan untuk bergabung dengan pergaulan yang buruk dan mencoba hal-hal buruk yang dapat merusak masa depan mereka. Oleh karena itu, sangat penting peran serta dan tanggung jawab orang tua terhadap tumbuh kembang anak, mendidik dan membimbing anak sejak kecil hingga dewasa, terutama dalam menjalin hubungan walaupun harus berpisah. Banyak sekali anak-anak dari keluarga berantakan yang kini terjerumus ke dalam maksiat dan tidak lagi fokus. Artikel ini dapat membantu anak-anak dari keluarga Broken Home untuk lebih memahami dan tidak memilih jalan yang salah serta tetap berada di jalan yang benar dan terus menjaga hubungan mereka. Jangan sampai mereka tertangkap dan terjerumus ke dalam pergaulan yang buruk. Meski saat ini banyak anak muda yang menjadikan keluarga patah (broken home) sebagai alasan untuk berada di pergaulan yang buruk (Kasingku et al., 2022).

Terdapat 4.444 gangguan kesehatan mental di masyarakat Indonesia, dan data menunjukkan bahwa jumlah tersebut meningkat secara signifikan antara tahun 2015 dan 2023. Hingga saat ini, penderita penyakit jiwa berat mendapat perawatan yang buruk dan buruk di Indonesia. Penyebabnya adalah stigma yang salah, oleh karena itu diperlukan pendekatan kesehatan masyarakat. Psikoedukasi memungkinkan masyarakat dan remaja meningkatkan pengetahuannya tentang kesehatan jiwa dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, mengurangi stigma gangguan psikologis dan tidak mampu secara psikologis. Pergi ke psikolog/psikiater tanpa rasa malu dan bersalah. Meski kesehatan mental di dunia masih jauh dari kata sehat, namun banyak masyarakat yang mendukung pentingnya kesehatan mental. Mereka banyak mengadakan webinar dan sesi konseling untuk berbagi pentingnya kesehatan mental. Kesadaran orang sakit juga tidak kalah pentingnya dalam mencari pertolongan ketika mereka merasa tidak mampu lagi melakukannya sendiri. Mereka juga harus belajar mencintai diri sendiri dan memahami pentingnya kesehatan mental.

4. KESIMPULAN

Masalah kesehatan mental pada remaja disebabkan oleh dua faktor. Yang pertama adalah faktor internal yang berasal dari keluarga atau kerabat lainnya, dan yang kedua adalah faktor sosial dan lingkungan sekolah, masyarakat dan persahabatan. Kesehatan mental generasi muda merupakan aspek penting yang harus diperhatikan dalam masyarakat kita. Keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental generasi muda. Komunikasi keluarga yang baik, pengertian dan dukungan emosional dapat membantu remaja menghadapi tantangan emosional dan psikologis mereka. Selain itu, stres di sekolah, tekanan teman sebaya, dan penggunaan media sosial juga dapat memengaruhi kesehatan mental remaja. Itulah mengapa penting bagi kita semua untuk bekerja sama untuk melindungi kesehatan mental generasi muda dan menyediakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi mereka. Kesehatan mental remaja dari keluarga berantakan perlu mendapat perhatian serius.

Dampak negatif dari keluarga yang tidak stabil dapat mengganggu perkembangan dan kesejahteraan remaja. Dengan memahami pentingnya kesehatan mental remaja dan

mengambil langkah-langkah untuk mengatasi dampak dari keluarga yang berantakan, kami dapat membantu remaja meningkatkan kesehatan mental mereka.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kajian literatur, sehingga kami tidak dapat mengkaji secara mendalam aspek kesehatan mental pada anak *Broken Home*. Memang ada faktor yang tidak bisa dikendalikan, namun selain *Broken Home*, ada faktor lain yang bisa mempengaruhi kesehatan mental anak, seperti faktor ekonomi, sosial, dan budaya. Faktor-faktor ini harus diperhatikan ketika memeriksa kesehatan mental anak-anak dari keluarga yang *Broken Home*.

5. REFERENSI

- Afriadi, A. I., Juhaepa, & Sarmadan. (2020). Catatan Keluarga Broken Home Dan Dampaknya Terhadap Mental Anak Di Kabupaten Kolaka Timur. *Well-Being: Journal of Social Welfare*, 1(1), 31–41.
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10.
- Endriyani, S., Lestari, retno D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL DAN DEPRESI PADA REMAJA. *Journal Healthcare Nursing*, 4(2), 429–434.
- Hanafi, M. I., & Sumardi, L. (2023). Dampak Broken Home terhadap Studi Anak di Desa Dasan Lekong. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(2), 881–886.
- Hartanti, S. S., & Salsabila, V. (2020). ANALISIS KONDISI FISIK DAN PSIKIS TERHADAP. *Jurnal Seminar Edusainstek*, 2(1), 563–570.
- Kamalah, A. D., & Nafiah, H. (2023). Gejala Mental Emosional dan Upaya dalam Meningkatkan Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(2), 69–72.
- Kasingku, J. D., Sanger, A. H., & Gumolung, D. A. G. (2022). Dampak Broken Home Pada Anak Muda Dan Solusinya. *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(4), 313–318.
- Kamaludin, K., Widodo, J., Handoyo, E., & Masyhar, A. (2021). Performance of Educational Assessments: Integrated Assessment as an Assessment Innovation during the Covid-19 Pandemic. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(6), 2708–2718. <https://doi.org/10.17762/turcomat.v12i6.5777>
- Lestari, S. (2023). Pengaruh Kompetensi Guru Terhadap Prestasi Belajar Siswa (Survei Pada Mata Pelajaran Ekonomi Kelas XII MA Ma'Arif NU Cimanggu Kabupaten Cilacap). *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 1(1), 32–37. <https://journal.pipuswina.com/index.php/jippsi/article/view/7>
- Mahendra, J. P., Rahayu, F., & Ningsih, B. S. (2022). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Kasus Di Tk Sedesa Tegal Maja Lombok Utara). *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(2), 562–566.
- Mailoa, E. O. S., Hermanto, Y. P., & Hindradjat, juliana. (2022). Orang Tua Sebagai Supporting System: Penanganan Anak Remaja Yang Mengalami Depresi. *Vox Dei: Jurnal Teologi Dan Pastoral*, 3(2), 244–267.
- Malfasari, E., Febtrina, R., & Herniyanti, R. (2020). Kondisi Mental Emosional pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241–246.
- Maulana, R. I., & Nurfauzi, Y. (2023). Implementasi Metode Pembelajaran E-Learning Berbasis Google Classroom Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa (Pada Mata

- Pelajaran Akuntansi Kelas X Akuntansi Axioo SMK Islam Jipang Kecamatan Bantarkawung Kabupaten Brebes). *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 1(1), 23–31. <https://journal.pipuswina.com/index.php/jippsi/article/view/6>
- Muttaqin, I., & Sulistyo, B. (2019). Analisis Faktor Penyebab Dan Dampak Keluarga Broken Home. *Raheema: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 6(2), 245–256.
- Nur, H. A., Cahyanti, L., Yuliana, A. R., Fitriana, V., & Pramudaningsih, I. N. (2023). Kesehatan Mental Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Cendekia Utama Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 66–74.
- Nuraenah, Widakdo, G., Naryati, Aisyah, Fadhillah, H., Adelia, A., & Adelia, M. (2023). EDUKASI KESEHATAN MENTAL (MASALAH PSIKOSOSIAL) PADA REMAJA. *[JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)]*, 6(10), 4307–4316.
- Nurfadilah, N., Rahmadani, A., & Ulum, B. (2021). Profil Sikap Mencari Bantuan Layanan Psikologis pada Mahasiswa. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(1), 15–30.
- Purnomosidi, F., Ernawati, S., Riskiana, D., & Indriyani, A. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 1–7.
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 147–300.
- Sigiro, J. S., Alexander, F., & Al-ghifari, M. A. (2022). Dampak Keluarga Broken Home pada Kondisi Mental Anak. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)*, 1(2), 766–775.
- Wardani, A. K., Suhariadi, F., & Sugiarti, R. (2022). Dampak Perceraian Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(2), 2684–2690.
- Yuliasari, H., & Pusvitasisari, P. (2023). Mental Health Literacy Ditinjau Dari Big Five Personality Traits Pada Remaja Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi*, 7(1), 1–12.
- Zuhriyah, L. F. (2021). Komunikasi Interpersonal Remaja Korban Broken Home Terhadap Kedua Orang Tua Yang Sudah Berpisah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 11(2), 266–277.
- Zulkarnain, Z. (2019). Kesehatan Mental dan Kebahagiaan. *Mawa'Izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(1), 18–38.