

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah kelompok orang di suatu wilayah yang berusia antara 10 dan 19 tahun (Paramita, 2022). Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang terdiri dari usia 13 tahun hingga 21 tahun. Perkembangan biologis remaja mencakup pertumbuhan fisik, psikologis, seksual, dan mental (Hendrawati et al., 2023). Masa remaja melibatkan banyak perubahan dan tantangan biopsikososial. Perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada masa remaja membuat remaja menjadi lebih sensitif dan sulit untuk mengendalikan emosi, dan mengatasi kesulitan dalam kehidupan sehari-hari dan di sekolah (Ravens-Sieberer et al., 2022). Masa remaja, seseorang mungkin mengalami masa kritis dan rentan dalam pencarian identitas diri. Perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada masa remaja membuat remaja menjadi lebih sensitif dan sulit untuk mengendalikan emosi mereka, terutama ketika mereka menghadapi situasi dan konflik sehari-hari. Emosi remaja juga cenderung berubah-ubah dan sensitive (Ardyani Bunga, 2021).

Remaja diawali dengan kematangan seksual, remaja dihadapkan pada situasi dimana mereka harus beradaptasi untuk menerima perubahan yang terjadi. Kematangan seksual dan perubahan fisik mempunyai dampak yang signifikan terhadap kehidupan mental remaja. Selain itu, seiring dengan kematangan seksual, remaja mulai tertarik dengan anatomi dan fisiologi tubuhnya. Remaja tidak hanya tertarik pada diri sendiri, tetapi remaja juga tertarik pada lawan jenis. Generasi muda yang memiliki daya tarik tinggi, sangat rentan terhadap pengaruh nilai-nilai baru. Remaja cenderung lebih mudah beradaptasi terhadap arus globalisasi dan bebasnya arus informasi, sehingga dapat mengakibatkan perubahan perilaku menyimpang akibat adaptasi terhadap nilai-nilai yang datang dari luar. (Kespro, 2017)

WHO Menjelaskan bahwa kelompok remaja berjumlah sekitar 1,2 milyar atau 18 % dari jumlah penduduk dunia. Prevalensi di Indonesia pada tahun 2021 jumlah remaja usia 10 – 19 tahun di Indonesia mencapai 46 juta atau 17 % dari jumlah penduduk Indonesia 279 juta BPS (2020). Badan Pusat Statistik kabupaten Klaten pada tahun 2021 menyebutkan bahwa Jumlah remaja di kabupaten klaten 10 – 14 tahun sebanyak 92.246 jiwa sedangkan 15-19 tahun sebanyak 92.964 jiwa (United Nations Children's Fund, 2021). Jumlah remaja di Jawa Tengah pada tahun 2022 kelompok umur 10-19 tahun

berjumlah 5.541.553 jiwa Jumlah Penduduk remaja di Kabupaten Klaten tahun 2022 sebesar 185.3210 jiwa (Statistik, 2022)

UNICEF menyebutkan bahwa usia remaja 13-17 tahun sekitar 56,9 % lebih sering mengalami kekerasan, usia remaja 15- 19 tahun sekitar 55 % mengalami hubungan sosial yang kurang baik dari orang tua dan temannya , usia remaja 10 – 19 tahun sekitar 10,8 % hidup di bawah garis kemiskinan ,jumlah remaja yang merokok sekitar 18,8 % , jumlah remaja memiliki peningkatan pola makan tidak sehat karena factor ekonomi sekitar 40 % , jumlah remaja yang mengalami penurunan keaktifan fisik sekitar 49 % , Prevalensi penduduk dengan usia 15-24 tahun yang mengalami stres, kecemasan, dan depresi di Indonesia adalah 9,0 % dimana gangguan mental emosional perempuan lebih banyak dari pada laki-laki (United Nations Children’s Fund .,2021). Prevalensi kenakalan remaja di Indonesia perokok aktif tercatat sebesar 18.8% dan meningkat menjadi 22.04%(WHO, 2019).

Global Youth Tobacco Survey menemukan sebesar 19,2% pelajar, 38,3% anak laki-laki, dan 2,4% anak perempuan saat ini menghisap rokok (WHO, 2019). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2016) bahwa fenomena seks bebas dan kecenderungan terhadap seks di kalangan remaja terjadi dalam bentuk menonton film porno 97%, ciuman, seks oral 93,7%, dan remaja SMU yang tidak perawan/perjaka lagi 62,7% serta remaja yang pernah aborsi 21,2% (Heng et al., 2020) .Di Indonesia tercatat 3145 remaja usia ≤ 18 tahun menjadi pelaku tindak kriminal, tahun 2011 dan 2012 meningkat menjadi 3280 hingga 4123 remaja. Pada pertengahan tahun 2013, telah terjadi 147 tawuran antar pelajar,tahun 2014 terjadi sebanyak 255 kasus tawuran pelajar, dan tahun 2015 terjadi sebanyak 538 kasus perkelahian pelajar (Jannah & Nurajawati, 2023)

Mekanisme koping merupakan cara orang menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, dan menanggapi masalah dan situasi yang mengancam. Annissa (2017) Mekanisme koping adaptif adalah ketika seseorang menghadapi masalah, Remaja ingin mengungkapkan perasaan kepada orang lain dan memecahkan masalah secara efektif . Mekanisme koping maladaptif adalah ketika seseorang menghadapi masalah dan merasa bersalah, merasa bersalah ketika masalah muncul sampai timbul tekanan pada dirinya, dan merasa bersalah ketika mengetahui bahwa sumber masalah adalah dari dirinya sendiri (Marliyani et al., 2020). Ihsan dan Wahyuni (2020), faktor internal dan eksternal dapat memengaruhi mekanisme koping remaja. Remaja dipengaruhi oleh faktor luar diri, seperti dukungan sosial, suku, budaya, lingkungan, tingkat pendidikan, dan keadaan ekonomi. Usia, jenis kelamin, emosi, dan kognitif adalah faktor dalam diri (Ardyani Bunga, 2021).

Kemampuan mengontrol emosi dan perilaku merupakan salah satu adaptasi penting yang harus dimiliki oleh remaja. Rendahnya kemampuan mengontrol diri dapat berubah menjadi masalah perilaku.(Ardyani Bunga, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian Azmiardi (2020) Alasan remaja berperilaku buruk mungkin karena lingkungan sekolah mungkin dianggap dan dirasakan terlalu menantang (dari kinerja sekolah hingga penerimaan kelompok), dan kesulitan untuk berprestasi dengan baik di lingkungan ini dapat menimbulkan frustrasi dan gejala emosional. Siswa mungkin menggunakan narkoba perilaku rokok, konsumsi alkohol, dan hiburan malam untuk mengurangi beberapa gejala ini atau melarikan diri dari tekanan sekolah. Rachmah & Rahmawati, 2019) mengatakan Stress berat dalam jangka panjang dapat mempengaruhi adaptasi stress seseorang dan memicu perilaku negatif seperti merokok, konsumsi alkohol, tawuran, seks bebas, dan penyalahgunaan NAPZA.

Mekanisme koping yang gagal mengakibatkan perilaku negatif yang dilakukan remaja yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri Perilaku bunuh diri pada seseorang disebabkan karena stress tinggi dan tidak mampu mengatasi masalah. Prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia tercatat usia remaja 15-24 tahun sebesar 10%. Riset Kesehatan Dasar (2018) menyebutkan bahwa remaja yang mengalami gangguan mental mengalami peningkatan sebesar 7,5 %. Gangguan mental yang umum di alami oleh remaja antara lain: gangguan kecemasan , Depresi ,gangguan psikotik dan gangguan makan , Bullying , Harga Diri Rendah . Indonesian Association For Suicide Prevention pada tahun 2020, terdapat 670 kasus bunuh diri di Indonesia. UNICEF menyebutkan bahwa sekitar 57 % remaja merasa malu atau takut untuk memberi tahu orang lain tentang kondisi kesehatan mentalnya, mereka percaya bahwa terapi dan pengobatan psikologis atau psikiatris akan berdampak negatif pada rasa percaya diri dan masa depan seseorang. (United Nations Children's Fund), 2021)

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) Kualitas hidup sebagai persepsi seseorang terhadap posisinya dalam kehidupan remaja dalam konteks budaya dan sistem nilai yang remaja miliki, serta hubungannya dengan tujuan, harapan, standar, dan fokus hidup pada remaja .Kualitas hidup mencakup banyak aspek, seperti kesehatan fisik, kesehatan psikologis, dan hubungan sosial dan lingkungan (Zakaria, 2022) Kualitas hidup remaja akhir, terutama mereka yang berusia antara 17 - 20 tahun, sangat penting karena masa ini mengalami banyak perubahan yang berlangsung cepat, seperti pertumbuhan fisik, psikologis, emosi, dan bahkan sosial (Antara et al., 2023) Remaja yang sehat tidak hanya dilihat dari keadaan fisiknya saja, tetapi juga kondisi mental dan sosialnya. Apabila kondisi

fisik, sosial dan mentalnya telah baik, maka akan tercipta kualitas hidup yang baik (Buleno et al., 2021).

Rizkillah et al., (2023) menunjukkan bahwa usia siswa, jenis kelamin, faktor sosiodemografi, stress siswa, adiksi dengan gawai, kebersyukuran, serta hubungan orang tua dengan remaja memengaruhi kualitas hidup remaja . Swasono,(2021) Menunjukkan bahwa kualitas hidup remaja dipengaruhi oleh faktor-faktor sosial termasuk hubungan, teman, guru, pindah dari rumah, harapan orang tua, dan tekanan teman sebaya. Dukungan sosial dari teman atau orang penting lainnya menunjukkan kualitas hidup dalam domain hubungan sosial, tetapi dukungan sosial dari keluarga menunjukkan kualitas hidup dalam domain psikologis (Alsubaie et al., 2019). Kualitas hidup remaja dengan status sosial ekonomi rendah pada aspek kesehatan fisik, psikologis, relasi sosial maupun lingkungan memberikan berbagai dampak pada aspek kesehatan fisik. Remaja dengan status sosial ekonomi rendah cenderung mengalami penyakit kronis, rentan mengalami kematian, merokok, minum alkohol, sulit mengakses layanan kesehatan (Ramadhanty & Kinanthi, 2021)

Kualitas hidup yang buruk atau baik memiliki dampak pada kehidupan seseorang. Kualitas hidup yang baik dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih percaya diri, bahagia, bersyukur atas dirinya, dan tentu saja lebih antusias untuk masa depan. Kualitas hidup yang buruk, di sisi lain, dapat menyebabkan seseorang frustrasi, kecemasan, ketakutan, kesal, dan khawatir yang berkepanjangan, yang menyebabkan seseorang menyerah atau kehilangan antusiasme untuk masa depan. Dampak psikologis dari masalah kesehatan baik penyakit kronis maupun wabah penyakit menular dipengaruhi oleh perilaku koping yang digunakan oleh individu untuk beradaptasi lebih baik dan mengurangi dampak kesehatan serta gangguan mental. Sehingga diperlukan mekanisme koping yang baik membantu meningkatkan kualitas hidup yang baik dan mencegah atau mengurangi ancaman tersebut (Endarti et al., 2020).

Survei awal yang dilakukan pada tanggal 12 Desember 2023 terhadap 10 anak di posyandu remaja di desa Pucung didapatkan keterangan bahwa 2 dari 10 atau sekitar 20% remaja menggunakan mekanisme koping adaptif ketika mereka menghadapi masalah yaitu dengan bercerita kepada teman dan keluarga , mendengarkan music , menenangkan diri dengan bermain bersama teman ,sedangkan 8 dari 10 atau sekitar 80 % remaja ketika menghadapi masalah menggunakan mekanisme koping maladaptive yaitu dengan memaki dan berkata kasar kepada orang lain , merokok , makan – makan pedas , makan- makanan berlebihan , berdiam diri di kamar ,mengkritik diri sendiri. Dari paparan latar belakang

tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Remaja Di Dukuh Pucung Desa Kraguman Kecamatan Jogonalan Kabupaten Klaten”

B. Rumusan Masalah

Remaja adalah fase penting dalam hidup seseorang, di mana mereka menghadapi banyak kesulitan dan perubahan besar dalam fisik, kognitif, dan emosional. Proses adaptasi terhadap perubahan ini melibatkan pembentukan identitas diri dan peningkatan kemampuan untuk mengatasi tekanan dan stres dalam kehidupan sehari-hari. Kesejahteraan psikologis remaja sangat dipengaruhi oleh mekanisme koping, yang merupakan respons adaptif terhadap stres. Pentingnya pemahaman terhadap hubungan antara mekanisme koping dan kualitas hidup pada remaja tidak hanya berkaitan dengan aspek individual, tetapi juga mencakup pengaruh lingkungan sosial, dukungan sosial, keadaan ekonomi, dukungan teman.

Sejalan dengan hasil wawancara pada remaja di dukuh Kraguman bahwa mayoritas remaja menggunakan mekanisme koping maladaptif, Namun terdapat juga remaja yang menggunakan mekanisme koping adaptif yang berdampak pada perubahan kebiasaan dan pola hidup pada remaja. Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan pada peneliti adalah sebagai berikut : “Apakah ada hubungan antara mekanisme koping dengan kualitas hidup di Dukuh Pucung Desa Kraguman? “

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian bertujuan untuk menganalisis Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Remaja Di Dukuh Pucung Desa Kraguman

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden pada remaja di Dukuh Pucung Desa Kraguman
- b. Mendeskripsikan mekanisme koping pada remaja di Dukuh Pucung Desa Kraguman
- c. Mendeskripsikan kualitas hidup pada remaja di Dukuh Pucung Desa Kraguman
- d. Menganalisis hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup pada remaja di Dukuh Pucung Desa Kraguman

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan sebagai salah satu media pembelajaran dan referensi tentang Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Pada Remaja

2. Manfaat praktis

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan wacana remaja dalam mengetahui dan memahami pentingnya mekanisme koping dalam meningkatkan kualitas hidup remaja supaya remaja mampu mengembangkan strategi koping yang efektif dan tepat dalam mengurangi dampak negatif dari stres,

b. Bagi Desa

Hasil Penelitian ini membantu memahami bagaimana remaja mengatasi stres, sehingga desa dapat mengembangkan program dukungan yang tepat untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

c. Bagi instansi kesehatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan tentang hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup remaja, sehingga dapat dikembangkan program-program kesehatan yang meningkatkan pelayanan kesehatan bagi remaja

d. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk menambah pengetahuan tentang mekanisme koping dan kualitas hidup remaja atau sumber bacaan di perpustakaan bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten.

e. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai tambahan informasi tentang pentingnya mekanisme koping dalam meningkatkan kualitas hidup remaja, sehingga dapat memberikan bagi instansi puskesmas, perawat puskesmas, bidan desa dan di harapkan dapat membantu meningkatkan pelayanan kesehatan bagi remaja.

f. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti lain dalam penelitian selanjutnya mengenai hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup pada remaja

E. Keaslian Penelitian

1. (Ardyani Bunga, 2021) dengan judul “ Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Ragajaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada remaja di desa Ragajaya kecamatan Bojong Gede kabupaten Bogor. Ragajaya kecamatan Bojong Gede kabupaten Bogor. Desain penelitian yang digunakan adalah desain deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan jumlah sampel 285 responden. Data yang dikumpulkan menggunakan kuesioner Children’s Coping Questionnaire dari penelitian Fedorowicz (1995) yang sudah di uji validitas dan reliabilitasnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Nisak (2017) sebanyak 35 pertanyaan. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat. Hasil penelitian menggunakan cut off point dengan nilai median 88,0 menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 137 remaja (48,1%), dan sebanyak 148 remaja (51,9%) memiliki mekanisme koping adaptif. Gambaran mekanisme koping pada remaja di desa Ragajaya kecamatan Bojong Gede kabupaten Bogor menunjukkan remaja lebih banyak memiliki mekanisme koping adaptif.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis teknik sampling yang digunakan, instrumen yang digunakan, jumlah responden, lokasi penelitian dan analisis data. Variabel yang akan diteliti meliputi mekanisme koping dan kualitas hidup . Instrumen yang akan digunakan berupa kuesioner Brief COPE Scale dan WHOQOL-BREF (WHO Quality Of Life). Lokasi penelitian berada di Dukuh Pucung Desa Kraguman Kecamatan Jogonalan Kabupaten Klaten.

2. (Buleno et al., 2021) dengan judul penelitian “Kualitas Hidup Remaja Di Kotamobagu Sulawesi Utara Pada Masa Pandemi Coronavirus Disease 2019”

Penelitian ini yaitu untuk menganalisis kualitas hidup remaja di Kotamobagu Sulawesi Utara pada masa pandemi Corona Virus Disease 2019 (Covid-19). Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan di Kotamobagu pada Oktober-November 2021. Responden dalam penelitian ini sebanyak 441 remaja yang merupakan siswa SMP dan SMA. Faktor yang dianalisis yaitu kualitas

hidup remaja secara umum dan kualitas hidup berdasarkan dimensi kesehatan fisik, psikologis, hubungan social dan lingkungan. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat. Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas hidup remaja di Kotamobagu lebih dari 80% masuk pada kategori sedang dan buruk. Hasil penelitian ini juga menunjukkan skor rata-rata kualitas hidup remaja berada pada nilai 56,95. Jika dilihat berdasarkan 4 dimensi kualitas hidup menurut WHOQoL yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Skor rata-rata untuk dimensi kesehatan fisik sebesar 50,12, dimensi psikologis sebesar 60,89, dimensi hubungan sosial sebesar 51,32 dan dimensi lingkungan sebesar 64,89.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis teknik sampling yang digunakan, instrumen yang digunakan, jumlah responden, lokasi penelitian dan analisis data. Variabel yang akan diteliti meliputi mekanisme koping dan kualitas hidup. Instrumen yang akan digunakan berupa kuesioner Brief COPE Scale dan WHOQOL-BREF (WHO Quality Of Life). Lokasi penelitian berada di Dukuh Pucung Desa Kraguman Kecamatan Jogonalan Kabupaten Klaten.

3. (Rachmah & Rahmawati, 2019) dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan Stress Dengan Mekanisme Koping Remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan pengetahuan tentang stress dengan mekanisme koping yang digunakan remaja di SMPN 222 Jakarta. Metode: Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel 150 responden dengan teknik sampling Stratified Random Sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan tentang stress dan kuesioner The Proactive Coping Inventory. Hasil: Hasil penelitian menggunakan analisis uji chi-square dengan tingkat kepercayaan 95% (p -value = 0,05) menunjukkan hubungan bermakna antara pengetahuan stress dengan mekanisme koping yang digunakan remaja di SMPN 222 Jakarta dengan p -value = 0,015. Remaja yang memiliki pengetahuan kurang mempunyai peluang 2,377 kali lebih besar untuk melakukan mekanisme koping mal-adaptif dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan baik (OR= 2,377)

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis teknik sampling yang digunakan, instrumen yang digunakan, jumlah responden, lokasi penelitian dan analisis data. Variabel yang akan diteliti meliputi mekanisme koping dan kualitas hidup. Instrumen yang akan digunakan berupa kuesioner Brief COPE Scale dan

WHOQOL-BREEF (WHO Quality Of Life). Lokasi penelitian berada di di Dukuh Pucung Desa Kraguman Kecamatan Jogonalan Kabupaten Klaten.

