

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan pembahasan

Pada tahap awal pencarian jurnal di berbagai website seperti Google Scholar, Research Gate dan Science Direct sejak tahun 2016 - 2021 diperoleh 200 jurnal dengan menggunakan kata kunci kesehatan, mental, remaja, health, dan mental dan teenager.

Namun, dari 50 jurnal tersebut hanya terdapat 10 jurnal yang dianggap relevan yang terdiri dari 7 jurnal nasional dalam bahasa Indonesia dan 3 jurnal internasional dalam bahasa Inggris. Jurnal yang diperoleh dari Google Scholar sebanyak 7 jurnal nasional dalam bahasa Indonesia, sedangkan jurnal internasional diperoleh sebanyak 2 jurnal dari Research Gate dan 1 jurnal dari Science Direct.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang menggunakan metode *literature review* dari beberapa jurnal yang telah diteliti sebelumnya dimana terdiri dari 10 jurnal, diantaranya 7 jurnal nasional dan 3 jurnal internasional yang berhubungan dengan judul penelitian “studi kepustakaan gambaran kesehatan mental remaja muslim di Indonesia” maka didapatkan hasil penelitian sebagai berikut.

No	Penulis/tahun	Judul	Objektif	Sampel	Desain	Kata kunci	Hasil penelitian
1.	Yayu Adenengsi, Haniarti, Ayu Dwi Putri Rusman (2019)	Hubungan food choice terhadap Kesehatan mental pada remaja di kota parepare	Untuk mengetahui hubungan food choice terhadap kesehatan mental pada remaja di kota parepare	96 Remaja	Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Desain yang digunakan <i>Cross sectional Study</i>	"food choice", kesehatan mental" "remaja"	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemilihan makanan dengan kategori sehat lebih banyak pada kesehatan mental dengan kategori sehat sebanyak 84 responden (96,6%), dibandingkan dengan pemilihan makanan yang tidak sehat dengan kesehatan mental katgori sebanyak 0 responden (0,00%).

2.	Pritta Yunitasari, Hernawan Isnugroho, Endang Tri Sulistyowati (2021)	Dampak Bullying disekolah Terhadap kesehatan mental remaja	Untuk mengetahui dampak Bullying terhadap kesehatan mental siswa SMP Muhammadiyah 3 melati	130 Remaja	Penelitian Deskriptif Analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan tehnik total sampling.	"Bullying", "kesehatan mental", "remaja".	Hasil penelitian ini menunjukkan kesehatan mental responden sebagian besar dalam kategori normal hanya sekitar 27% yang berstatus borderline. Mereka mempunyai status kesehatan mentalnya dalam kategori borderline. Membutuhkan konsultasi psikologis untuk mengembalikan kondisi kesehatan mentalnya agar menjadi normal.
3.	Firsta faizah & Zaujatul Amna (2017)	Bullying Dan Kesehatan Mental Pada Remaja	Untuk mengetahui hubungan	400 remaja	Jenis penelitian ini Menggunakan an penelitian	Bullying" ke sehatan mental"re	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 388 remaja

		Sekolah Menengah Atas di banda aceh	bullying dengan kesehatan mental pada siswa SMA di banda aceh.		deskriptif Multi- stage Cluster dan Disproportionate Stratified. Dengan pengambilan sampel menggunakan <i>Random Sampling</i>	maja”	(97%) berada pada kategori intensitas bullying rendah sedangkan hanya 11 remaja (2,8%) berada pada kategori intensitasbullying yang tinggi. Rendahnya intensitas bullying pada remaja dapat dikarenakan oleh beberapa faktor diantaranya Usia, jenis kelamin, dan status sosial ekonomi.
--	--	-------------------------------------	--	--	---	-------	--

4.	Taufik Akbar Rizqi Yunanto (2018)	Perluakah kesehatan mental remaja? Menyelidik peranan regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dalam diri remaja	Untuk mengetahui peran regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental	94 Remaja	Jenis penelitian ini menggunakan wawancara peran guru, kuesioner peran guru, skala Kesehatan mental, skala regulasi emosi, dan skala dukungan sosial teman sebaya.	“kesehatan mental”, “regulasi mental”, “dukungan sosial teman sebaya”	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan ($F= 66, 62 8$; $p<0,001$) antara regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental.
5.	Khoiriyah Isnii, Nurul Qomariyah, Winda Nurfatona (2020)	Pelatihan kesehatan Mental remaja kelurahan Warungboto, Yogyakarta	Untuk dapat meningkatkan pengetahuan dalam mengatasi berbagai permasalahan secara mandiri sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental	25 remaja	Metode yang digunakan Edukasi, studi kasus, dan bermain peran	deteksi dini kesehatan mental”, “kesehatan mental”, “remaja”.	Hasil deteksi dini kesehatan mental didapatkan sebesar 27% remaja mengalami kecemasan sangat berat, 5% remaja mengalami depresi. sangat berat, dan 3% remaja mengalami stress sangat berat.

6.	Alva Cherry Mustamu,Nur Hafni Hasim,Furaida Khasanah (2020)	Pola asuh orang tua, motivasi & kedisiplinan dalam meningkatkan kesehatan mental remaja papua	Untuk mengetahui kondisi yang mempengaruhi kesehatan mental pada 80 orang siswa remaja smk negeri 1 sorong	80 Remaja	Penelitian merupakan penelitian analitik deskriptif dengan desain <i>cross sectional</i>	"Pola asuh", "motivasi", "disiplin", "kesehatan mental", "remaja"	Hasil penelitian ini menemukan bahwa secara bersamaan, pola asuh, disiplin dan motivasi memiliki hubungan linier dengan kesehatan mental remaja.
----	---	---	--	-----------	--	---	--

7	Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padang sidipuan (2016)	Pengaruh lingkungan sosial dan keadaan keluarga terhadap kesehatan mental remaja di kelurahan aek tampang	Untuk mengetahui bagaimana gambaran lingkungan sosial di kelurahan Aek Tampang kota padang sidipuan	39 remaja	Jenis penelitian Mixing yakni menggabungkan antara jenis penelitian kuantitatif dengan metode analisis secara deskriptif dan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis statistik	"lingkungan sosial", "keadaan ekonomi", "kesehatan mental", "d an remaja"	Dari hasil wawancara yang dilakukan pada kepala lingkungan IX Kelurahan Aek tampang pergaulan remaja yang nakal adalah golongan remaja yang putus sekolah baik di tingkat SD, SMP, dan SMA. mereka sering melakukan keresahan dalam masyarakat seperti menghisap ganja dan sabu-sabu bahkan mereka juga sering melakukan pencurian ke rumah masyarakat disekitarnya
---	---	---	---	-----------	---	---	---

8	Khawaja Saad Najam, Rabia Sannam Khan, Anam Waheed, Rashid Hassan (2019)	Impact of Islamic practices on the mental health of muslims	Bertujuan untuk membahas berbagai ritual islam dan bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan mental	350 Remaja	Melalui EBSCOhost, data Base seperti MEDLINE complete, PsycARTICLES, PsycEXTRA, CINHALL Complete, dan Psychology juga di eksplorasi secara sistematis untuk literature penelitian yang telaah sejawat yang sesuai	"Awareness", "islam", "mental health", "psychological influence", "religion"	Pada akhir tinjauan pustaka, disimpulkan bahwa ritual islam berperan konstruktif dalam mengembangkan kepribadian mukmin diaman beberapa ritual terlihat mendorong gaya hidup disiplin dan beberapa berperan dalam meningkatkan pengendalian diri
---	--	---	--	------------	---	--	--

9	Zubeir Haroun, Ali bokhari, Monika Marko-Holguin, Kelsey Blomeke, Ajay Goenka, Joshua Fogul, and Benjamin W. Van Voorhees (2019)	Attitudes toward depression among a sample of muslim adolescents in the Midwestern united states	Kami menyelidiki hambatan dan menyarankan model pengobatan untuk gangguan depresi pada remaja muslim dan dewasa muda yang tinggal di amerika serikat	125 Remaja	Kami melakukan tinjauan literature menyeluruh untuk mengidentifikasi kasi penelitian sebelumnya tentang keyakinan remaja muslim amerika tentang depresi dan pengobatannya	"adolescents", "depressive disorder", "internet", "intervention", "muslim", "prevention",	Survey ini diberikan pdasampel dari 125 subjek muslim (60,0% laki-laki) berusia 14-21 tahun. sampelnya beragam secara etnis dengan orang Pakistan (44,8%) mencakup sebagian besar sampel
---	--	--	--	------------	---	---	--

10	Karim Mitha & Shelina Adatia (2016)	Accelerating the world's research. The faith community and mental health resilience amongst Australian muslim youth	tujuannya adalah untuk mencapai pemahaman yang berarti kedudukan pengalaman pemuda dalam komunitas agama - budaya tertentu dancance mereka melekat pada pengalaman ini. Sifat baru dari penelitian ini mungkin memiliki implikasi	11 remaja	Desain wawancara kualitatif	Resilience; mental health;Australia; Muslim; religions;South Asians; immigrants	Hasil menunjukkan bagaimana keterlibatan iman dan partisipasi sipil dimanfaatkan dalam mengembangkan ketahanan saat menghadapi stresor kesehatan mental ditemui selama proses migrasi dan akulturasi.
----	-------------------------------------	---	---	-----------	-----------------------------	---	---

Tabel 4. 1 Hasil dan Analisis

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil telaah 10 jurnal internasional dan nasional mengenai kesehatan mental remaja muslim sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sosial media dan berdasarkan dalam agama Islam ada kecenderungan pengaruh positif antara pelaksanaan ibadah terhadap kesehatan mental remaja muslim untuk mencapai kriteria kesehatan mental khususnya pada prinsip kesehatan mental.

Kesehatan mental merupakan suatu kemampuan diri individu dalam mengelola fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian dengan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya secara dinamis berdasarkan Al-Qur'an dan as-Sunnah sebagai pedoman hidup menuju ke bahagiaan dunia dan akhirat.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuyu Adenengsi, Haniarti, Ayu Dwi Putri Rusman (2019) hasil penelitian ini menunjukkan kesehatan mental pada remaja lebih banyak kategori sehat yaitu 87 responden (87,9%) dibanding dengan yang sakit yaitu 12 responden (12,1%). Hal tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental pada remaja masih sehat karena mereka masih sering berinteraksi dengan keluarga, teman sebaya maupun masyarakat luas. Sehingga mereka dapat mengatasi masalah stress khususnya pada remaja yang usia 10-19 tahun.

Kesehatan mental adalah kondisi seseorang yang berkaitan dengan penyesuaian diri yang aktif dalam menghadapi dan mengatasi masalah dengan mempertahankan stabilitas diri, juga ketika berhadapan dengan kondisi baru, serta memiliki penilaian nyata baik tentang kehidupan maupun keadaan diri sendiri. Definisi dari Jahoda mengandung istilah-istilah yang pengertiannya perlu dipahami secara jelas yaitu penyesuaian diri yang aktif stabilitas diri, penilaian nyata tentang kehidupan dan keadaan diri sendiri (Dokter Sehat, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh pritta yunitasari, hernawan isnugroho, ending Tri Sulistyowati (2021) kesehatan mental responden sebagian besar dalam kategori normal, hanya sekitar 27 persen yang berstatus *borderline*. Mereka yang mempunyai status kesehatan mentalnya dalam kategori *borderline* membutuhkan konsultasi psikologis untuk mengembalikan kondisi kesehatan mentalnya agar menjadi normal. Kesehatan mental merupakan suatu kondisi individu yang tidak hanya dilihat berdasarkan ada tidaknya symptom-symptom tekanan psikologis yang muncul tetapi juga berkaitan dengan adanya karakteristik kesejahteraan psikologis yang berpengaruh dalam hidupnya seperti perasaan gembira, tertarik, dan dapat menikmati hidup yang dijalannya (Clairece dkk, 1983). Fakta lain dari penelitian ini menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental berhubungan dengan kejadian bullying yang dirasakan responden. Hal tersebut berarti responden yang mengalami gangguan kesehatan

mental justru cenderung mendapat bullying, baik dianggap karena dianggap tidak berperilaku sesuai dengan norma yang ada dalam masyarakat. Menurut teori Olweus (2010), menyebutkan bahwa bullying merupakan suatu bentuk dari perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja untuk menjahati atau membuat individu merasa kesusahan, terjadi berulang kali dari waktu ke waktu dan berlangsung dalam suatu hubungan yang tidak terdapat keseimbangan kekuasaan maupun kekuatan. Bullying merupakan gangguan mental. Selain karakteristik, emosi individu juga sangat berpengaruh terhadap bullying pada remaja seperti yang telah ditulis dalam tinjauan pustaka, bahwa kemampuan regulasi emosi secara signifikan memberikan sumbangan positif bagi kesehatan mental seseorang. Saxena, Dubey dan Pandey (2011) menemukan bahwa setiap komponen yang tercakup dalam kemampuan regulasi emosi membantu seseorang untuk mencapai kondisi kesehatan mental. Sejalan juga dengan yang diungkapkan oleh Coleman & Vaughn (dalam Kumara, 2012) yang mengatakan bahwa para pelajar yang mengalami kesukaran perilaku dan emosi di sekolah sering mengalami kegagalan akademik dan sejumlah interaksi sosial yang negatif

Berdasarkan hasil penelitian yang ada maka peneliti berasumsi bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental pada remaja yaitu faktor lingkungan, Karakteristik seseorang, dan media sosial. Remaja merupakan sosok insan yang sedang

mengalami pertumbuhan dan perkembangan psikologis dan fisiologis yang cukup pesat, sehingga dengan kondisi tersebut mempengaruhi pola pikir dan tingkah laku dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu remaja perlu dibimbing dan diarahkan, agar kecenderungan-kecenderungan negatif yang ada dalam diri remaja dapat diredam dan kecenderungan positifnya dapat dikembangkan yang produktif dengan itu semua eksistensi pendidikan Islam sangat penting. Pendidikan Islam adalah suatu proses transformasi dan internalisasi ilmu pengetahuan dan nilai-nilai pada diri peserta didik melalui penumbuhan dan pengembangan potensi (fitrahnya) guna mencapai keselarasan dan kesempurnaan hidup dalam segala aspeknya.