

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Memiliki tubuh yang sehat merupakan harapan bagi setiap orang. Akan tetapi, sehat secara jasmani saja belum cukup. Sama seperti kesehatan fisik, kesehatan mental juga merupakan sesuatu yang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap orang. Hal tersebut sejalan dengan WHO (dalam Yuliandari, 2018, hlm. 1) yang mengemukakan bahwa sehat ialah suatu kondisi fisik, mental, dan sosial yang lengkap, sejahtera, serta tidak semata-mata karena tidak adanya penyakit atau kelemahan. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental juga penting dan saling berhubungan dengan kesehatan fisik.

Fakhriyani (dalam Ningrum., dkk., 2022, hlm. 1175) mengemukakan bahwa kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik secara fisik maupun psikis. Selain itu, kesehatan mental juga mencakup usaha-usaha dalam mengatasi stress, kemampuan dalam menyesuaikan diri, cara berhubungan dengan orang lain, serta berhubungan dengan pengambilan keputusan. Itu artinya, seseorang dengan kondisi mental yang sehat memiliki kemampuan yang baik dalam mengatasi stress ketika dihadapkan pada suatu permasalahan, memiliki kehidupan sosial yang baik, dan bisa mengambil keputusan dengan tepat.

Kesehatan mental akan mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Kesehatan mental penting untuk dimiliki setiap remaja, termasuk remaja tunanetra. Karena seseorang dengan mental yang sehat akan merasa bahagia. Rusydi (2012, hlm. 54) mengemukakan bahwa salah satu aspek dari kesehatan mental adalah kehidupan yang ceria dan bahagia. Sebab terhindar dari stress berat, kecemasan, ataupun depresi. Akan tetapi, kondisi kesehatan mental seseorang dapat berubah dan menjadi terganggu dikarenakan beberapa penyebab. Faktor penyebab tersebut bisa berasal dari lingkungan maupun dari

**Andini Mayangpuri, 2023**

***HUBUNGAN TOXIC RELATIONSHIP DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA TUNANETRA DI SLBN A PAJAJARAN***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dalam diri sendiri. Namun, Rockhill (dalam Ningrum., dkk., 2022, hlm. 1176) mengemukakan bahwa lingkungan merupakan penyebab paling kuat terjadinya gangguan pada kesehatan mental seseorang, terutama bagi remaja. Hal tersebut terjadi karena sebagian besar remaja tidak siap dengan segala macam perubahan yang terjadi dalam dirinya. Serta perubahan-perubahan yang terjadi dalam lingkungan sosialnya.

Salah satu lingkungan sosial yang berperan penting dalam kehidupan remaja, yaitu hubungan pertemanan. Pada masa remaja, hubungan pertemanan yang terjalin tentu berbeda dengan pertemanan pada masa kanak-kanak. Hal ini mengakibatkan remaja perlu beradaptasi dengan lingkungan sosial pertemanannya. Sebab, remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Terdapat perbedaan kualitas interaksi antara seseorang dengan orang tua dan lingkungan pertemanannya sendiri di masa remaja.

Remaja lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman daripada orang tuanya. Maka dari itu, peran teman sangat penting karena sebagai pengantar remaja menuju dewasa pada kehidupan. Sehingga dibutuhkan teman yang dapat berkontribusi positif dan menjadi hubungan yang berkualitas (Soekoto, Muttaqin, dan Tondok, 2020, hlm. 189). Sayangnya, tidak semua hubungan pertemanan yang terbentuk bersifat positif. Bahkan, hubungan pertemanan yang terbentuk bisa saja bersifat *toxic* atau beracun. Julianto dkk. (2020, hlm. 104) mengemukakan bahwa *toxic relationship* adalah hubungan pertemanan atau hubungan relasi yang bisa menyebabkan seseorang merasa tertekan, sehingga dapat menyebabkan kesulitan dalam menjalani kehidupan yang produktif dan juga sehat.

Hubungan pertemanan yang *toxic* bisa dialami oleh siapa saja. Termasuk pada remaja tunanetra. Karena sama seperti remaja lainnya, remaja tunanetra juga melakukan interaksi dan komunikasi dengan orang di sekitarnya. Satrio (dalam Widyastuti, 2016, hlm. 257) mengemukakan bahwa hubungan antar sesama manusia terjadi pada siapa saja tanpa memandang latar belakang, baik dari keadaan fisik, sosial, mental, atau intelektual. Oleh karena itu, remaja

tunanetra juga memiliki peluang yang sama untuk mengalami hubungan pertemanan yang *toxic*.

Berdasarkan pengamatan lapangan yang dilakukan oleh peneliti, diketahui terdapat hubungan pertemanan yang *toxic* pada kalangan remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran. Hal tersebut terlihat dari cara para remaja tunanetra berinteraksi di sekolah. Sebagian dari mereka menggunakan kata-kata kasar untuk memanggil atau berbicara dengan temannya. Beberapa remaja tunanetra tersebut juga senang menirukan suara orang lain, seperti suara gurunya dan menganggap bahwa itu adalah lelucon yang lucu. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh hambatan penglihatan yang mereka miliki. Karena fungsi visualnya tidak berjalan dengan baik, maka suara menjadi modal utama mereka melakukan interaksi, termasuk bercanda. Oleh karena itu, meniru suara guru dianggap sebagai lelucon. Padahal, itu merupakan sebuah perilaku yang tidak sopan. Selain itu, peneliti mewawancarai salah satu siswa laki-laki kelas X SMALB. Menurut penuturannya, mengejek teman merupakan sesuatu yang biasa ia lakukan. Ia juga menganggap bahwa hal tersebut hanya sebagai candaan. Padahal, perilaku mengejek teman merupakan sesuatu yang tidak baik dan salah satu contoh dari hubungan pertemanan yang *toxic*.

*Toxic relationship* dapat memberikan dampak yang negatif bagi kehidupan remaja. Alfiani (2020, hlm. 16) mengemukakan bahwa hubungan pertemanan yang *toxic* dapat menimbulkan konflik batin yang bisa mengarah pada depresi atau kecemasan, sehingga dapat menyebabkan munculnya permasalahan baru. Wulandari (2019) juga mengatakan bahwa *toxic relationship* sangat merugikan dan membuat orang yang mengalaminya merasa buruk, rendah diri, serta pesimis. Bahkan bisa membuat korban membenci diri sendiri karena perlakuan atau perkataan yang dilontarkan teman kepadanya. Dengan kata lain, pertemanan yang *toxic* bisa mempengaruhi kesehatan mental atau psikis seseorang, terutama remaja. Dikutip dari kompas.com, berdasarkan survey yang dilakukan oleh Indonesia National Adolescent Mental Health Survey pada tahun 2022, 15,5 juta (34,9%) remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, dan 2,45

Andini Mayangpuri, 2023

**HUBUNGAN TOXIC RELATIONSHIP DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA TUNANETRA DI SLBN A PAJAJARAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

juta (5,5%) remaja mengalami gangguan mental. Statistik tersebut menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia, termasuk remaja tunanetra memiliki masalah kesehatan mental. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Adriani, dkk. pada tahun 2022 menunjukkan sebanyak 24.1% remaja disabilitas mengalami gangguan kesehatan mental, dari keseluruhan responden penelitian sejumlah 381 orang. Persentase tersebut jauh lebih besar jika dibandingkan dengan remaja non disabilitas yang mengalami gangguan kesehatan mental sebanyak 7,3% dari keseluruhan responden penelitian sejumlah 1122 orang. Berdasarkan penelitian tersebut, responden remaja disabilitas berisiko 3,7 kali lebih besar mengalami masalah kesehatan mental dibandingkan dengan remaja yang tidak disabilitas.

Tidak bisa dipungkiri, bahwa remaja tunanetra berisiko mengalami masalah kesehatan mental. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SLBN A Pajajaran, terdapat remaja tunanetra perempuan yang seringkali terlihat murung. Baik ketika pembelajaran di kelas, maupun saat sedang berada di luar kelas. Selain itu, terdapat pula remaja tunanetra laki-laki yang kerap kali terlihat menyendiri, kurang berbaur dengan teman-temannya saat sedang di luar kelas. Hal tersebut bisa menjadi indikasi awal adanya masalah dalam kesehatan mental kedua remaja tunanetra tersebut.

Terkait hubungan antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental remaja, Abdullah terlebih dahulu telah melakukan penelitian dengan judul ‘Hubungan *Toxic Relationship* terhadap Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja’ di tahun 2022. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *toxic relationship* terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja. Akan tetapi, belum ada penelitian yang menggali lebih dalam terkait hubungan antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental remaja tunanetra. Terutama apabila ditinjau dari sisi remaja tunanetra yang menjadi korban dari *toxic relationship*. Padahal remaja tunanetra juga menjalin hubungan pertemanan dengan teman sebaya atau lingkungannya, sama seperti remaja pada umumnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian dengan judul “**Hubungan *Toxic Relationship* dengan Kesehatan Mental Remaja Tunanetra di SLBN A Pajajaran**”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, didapatkan beberapa permasalahan yang diidentifikasi sebagai berikut ini.

1. Terdapat hubungan pertemanan yang *toxic* di kalangan remaja tunanetra SLBN A Pajajaran.
2. Terdapat remaja tunanetra yang diduga mengalami masalah pada kesehatan mentalnya. Dengan indikasi seringkali terlihat murung dan menyendiri.
3. Belum diketahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara *toxic relationship* pertemanan dengan kesehatan mental remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran.

## **1.3. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, peneliti membatasi permasalahan yang akan diteliti. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini, yaitu hubungan antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental pada remaja tunanetra yang ada di SLBN A Pajajaran. *Toxic relationship* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah yang terjadi pada hubungan pertemanan.

## **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran?”

## **1.5. Tujuan Penelitian**

### **1.5.1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran.

Andini Mayangpuri, 2023

**HUBUNGAN TOXIC RELATIONSHIP DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA TUNANETRA DI SLBN A PAJAJARAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### **1.5.2. Tujuan Khusus**

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai,

1. Kondisi pertemanan yang *toxic* di kalangan remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran.
2. Kondisi kesehatan mental remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran.
3. Korelasi antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental remaja tunanetra di SLBN A Pajajaran.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

1. Memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan di ranah pendidikan khusus.
2. Sebagai bahan literatur yang faktual mengenai hubungan antara *toxic relationship* pertemanan dengan kesehatan mental pada remaja tunanetra.

### **1.6.2. Manfaat Praktis**

1. Sebagai bahan kajian ilmiah untuk menambah pengetahuan serta pemahaman mengenai hubungan antara *toxic relationship* pertemanan dengan kesehatan mental remaja tunanetra.
2. Sebagai bahan rujukan untuk dapat menciptakan lingkungan pertemanan yang sehat guna menjaga kesehatan mental remaja tunanetra.