# **BAB I**

# **PENDAHULUAN**

## **Latar Belakang**

Seseorang dikatakan sebagai remaja jika mereka dalam rentang usia 10-19 tahun. Pada masa ini mereka sibuk untuk menentukan jati diri yang erat hubungannya dengan kepribadian. Menurut teori Eysenck, kepribadian pada individu dibagi menjadi dua tipe kepribadian yaitu kepribadian *ekstrovert* dan *introvert*. Orang dengan kepribadian *introvert* memiliki kecenderungan untuk menjadi pendiam, pemalu, dan mengalami ketidaknyamanan dalam kondisi sosial (Dominika & Virlia, 2018 dalam Nisa & Mirawati, 2022). Berbeda dengan individu berkepribadian *ekstrovert,* dimana orang dengan kepribadian *ekstrovert* ini memiliki sifat yang terbuka dan mudah bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya (Purba & Ramadhani, 2021 dalam Nisa & Mirawati, 2022).

Kepribadian mampu mengatur agar kehidupan kita lebih baik yang akan mengembangkan kesehatan mental yang sangat baik. Di sisi lain, jika kepribadian gagal dalam tugasnya, masalah kesehatan mental akan timbul (Wardhani, 2017). Kesehatan mental dapat dipengaruhi oleh peristiwa kehidupan yang dapat berdampak pada kepribadian serta perilaku seseorang. Gejala seseorang mengalami kesehatan mental yang kurang baik antara lain kesulitan berkonsentrasi, perubahan mood, perubahan perilaku, penurunan berat badan, menyakiti diri sendiri dan muncul berbagai masalah kesehatan (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2022).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi gangguan mental emosional pada usia ≥ 15 tahun pada tahun 2013 sebesar 6,0%, namun meningkat menjadi 9,8% pada tahun 2018, hal ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan sekitar 3,8% selama 5 tahun terakhir. Untuk prevalensi depresi di Jawa Barat sendiri sudah mencapai 7,8% dan gangguan mental emosional mencapai 12,1% (Depkes RI, 2018). Berdasarkan data dari Riskesdas (2018), prevalensi perempuan lebih banyak mengalami masalah kesehatan mental dibandingkan dengan laki-laki, pada perempuan sebesar 12,1% dan laki-laki sebesar 7,6%. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Agustina *et al* (2022), remaja yang mengalami masalah kesehatan mental yang buruk mayoritas didominasi oleh perempuan sebesar 30.5%, sedangkan pada laki-laki sebesar 27%.

Dilihat dari tingginya angka prevalensi untuk gangguan kesehatan mental dan akan terus bertambah setiap tahunnya, maka perlu untuk dilakukan *screening* kesehatan mental secara berkala. Hal ini untuk mencegah agar prevalensi gangguan kesehatan mental tidak terus meningkat. Berdasarkan data di atas perempuan lebih banyak mengalami masalah Kesehatan dibandingkan dengan laki-laki. Maka dari itu, peneliti berencana untuk melakukan *screening* kesehatan mental pada remaja perempuan dan menghubungkannya dengan tipe kepribadian yang dimiliki.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu, penelitian dari Hidayatin (2018), menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan mahasiswa dilihat dari kepribadian *ekstrovert* dan *introvert* yang sedang menyusun skripsi. Sedangkan, hasil penelitian Fatmayanti *et al* (2022), menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat stress pada mahasiswa. Sedangkan, hasil penelitian Loren *et al*., (2016), kepada siswa kelas 12 dalam menghadapi ujian nasional didapatkan mayoritas siswa memiliki tipe kepribadian *ekstrovert*, dan mayoritas siswa memiliki tingkat kecemasan normal-ringan dalam menghadapai ujian nasional. Hasil penelitiannya yaitu ada hubungan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 01 Capkala dalam menghadapi ujian nasional 2016. Berdasarkan hasil peninjauan terhadap beberapa penelitian terdahulu, kajian mengenai *screening* kesehatan mental masih belum banyak dilakukan pada siswi kelas 10 di wilayah Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 3 orang siswi SMK Negeri 2 Sumedang, didapatkan hasil bahwa ada yang mengalami perubahan mood, kesulitan konsentrasi, dan *overthinking*. Dua orang diantaranya lebih suka memiliki sedikit teman, berdiam diri di rumah, dan jika sedang berkumpul bersama teman hanya menjadi pendengar saja tidak banyak bercerita. Dari hasil peneliti sebelumnya membuktikan bahwa rata-rata perempuan rentan mengalami masalah kesehatan, maka dari itu peneliti memilih SMK Negeri 2 Sumedang sebagai tempat yang akan dijadikan lokasi penelitian. Data dari situs resmi Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) di dapatkan bahwa Kecamatan Sumedang Utara memiliki Sekolah Menengah Kejuruan terbanyak diantara Kecamatan yang lain yaitu sebanyak 22 sekolah. SMK Negeri 2 Sumedang ini memiliki jumlah populasi perempuan terbanyak diantara sekolah yang lain yaitu sebanyak 1669 siswi dan siswa laki-laki hanya sebanyak 20 siswa. Dimana SMK Negeri 2 Sumedang ini sudah terakreditasi A (unggul).

Terkait uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul “Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Kesehatan Mental pada Remaja perempuan”.

## **Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, sehingga rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana hubungan tipe kepribadian dengan kesehatan mental pada remaja perempuan?”

## **Tujuan Penelitian**

### **Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian dengan kesehatan mental pada remaja perempuan.

### **Tujuan Khusus**

1. Untuk mengidentifikasi tipe kepribadian pada remaja perempuan.
2. Untuk mengidentifikasi kesehatan mental yang dialami remaja perempuan.
3. Untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian dengan kesehatan mental pada remaja perempuan.

## **Manfaat Penelitian**

### **Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang ilmu kesehatan tentang psikologi perkembangan dan psikologi klinis khususnya kepribadian serta kesehatan mental pada remaja perempuan.

### **Manfaat Praktis**

1. Bagi remaja

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar upaya penanganan masalah kesehatan mental khususnya pada remaja perempuan dengan mengidentifikasi gejala-gejala yang mengarah pada gangguan kesehatan mental.

1. Bagi institusi

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan referensi ilmiah untuk penelitian berikutnya.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian diharapkan dapat tercapai serta bisa digunakan oleh penelitian yang akan datang kepada sasaran subjek yang lain mengenai tipe kepribadian dan kesehatan mental.