

BAB I. PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya, masyarakat yang sejahtera adalah kondisi ideal bagi semua kehidupan manusia terutama di era modern ini. Setiap individu berhak merasakan standar tertinggi akan terpenuhinya kesehatan jasmani maupun mental dalam hidupnya. Kesehatan mental sangatlah penting bagi kehidupan seorang manusia, keadaan mental yang sehat sangat mempengaruhi kondisi fisik untuk bekerja dengan optimal sehingga dapat beraktifitas dan bersosialisasi dengan baik. Kesehatan mental juga dapat mempengaruhi bagaimana cara manusia berpikir dan bertindak. Oleh karena itu, kesehatan mental perlu dijaga sama halnya dengan kesehatan jasmani.

Namun tidak dapat dipungkiri bahwa kehidupan ini memiliki banyak problematika terutama pada usia remaja, salah satunya mengenai kesehatan mental. Banyak faktor yang mempengaruhi kondisi mental pada usia remaja karena sangat rentan dan masih belajar dalam mengelola emosional. Faktor tersebut dapat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, lingkungan sosial, atau bahkan bisa disebabkan oleh adanya kekerasan seksual, kekerasan fisik maupun verbal, dan juga *bullying*. *Bullying* atau perundungan merupakan tindakan yang tidak menyenangkan dan pelaku melakukan intimidasi terhadap korban secara berulang kali dengan sengaja untuk melukai korban secara fisik maupun verbal karena pelaku menanggapi korban adalah orang yang lemah hingga korban merasa tertekan. Peran orang tua sangatlah penting untuk memperhatikan kondisi kesehatan mental anak terutama jika anak tersebut mengalami perundungan.

Hingga saat ini kasus *bullying* dan pentingnya peran orang tua dalam menjaga kesehatan mental merupakan masalah yang serius dan masih perlu ditingkatkan dan disuarakan. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pengetahuan orang tua untuk mengidentifikasi berbagai gangguan mental dan kesadaran untuk berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater yang mampu menangani permasalahan tersebut. *Bullying* memiliki dampak yang sangat negatif, korban akan kesulitan bergaul, sulit berkonsentrasi, depresi, dan memiliki rasa trauma

yang mendalam jika datang ke sekolahnya atau bertemu dengan orang lain, hal tersebut bisa disebut dengan PTSD.

Post-Traumatic Stress Disorder atau biasa disebut dengan PTSD dan bahasa lainnya adalah gangguan pasca trauma. Pada dasarnya merupakan gangguan kecemasan yang diakibatkan oleh kejadian atau musibah yang dialami oleh seseorang di masa lalu sehingga menimbulkan rasa trauma dan akan berdampak negatif bagi penderitanya. Uyun (2015) berpendapat “Gangguan stress pasca trauma (*Post Traumatic Stress Disorder/PTSD*), yaitu gangguan yang bersifat kompleks karena gejala-gejala yang nampak menunjukkan kemiripan dengan gejala depresi, kecemasan, dan gejala gangguan psikologis lain, namun tidak semua gangguan psikologis yang sama tersebut termasuk dalam kriteria stress pasca trauma.” Penyebab seseorang mengalami PTSD bisa diakibatkan dari pelecehan seksual, bencana alam, kecelakaan, kekerasan fisik, dan *bullying*. Penderita PTSD akan merasakan pengalaman yang tidak menyenangkan, menghindari hal-hal yang berhubungan dengan kejadian traumatik, dan akan cenderung menjadi temperamental. Dampak yang dirasakan oleh penderita PTSD akan berlangsung selama berbulan-bulan hingga bertahun-tahun lamanya.

PTSD akan berdampak buruk dan sangat berbahaya jika tidak segera ditangani dengan tepat, akibatnya akan menimbulkan komplikasi dan gangguan berat yang mengancam nyawa seperti *skizofrenia* atau halusinasi hingga percobaan bunuh diri. Hal lain yang ditimbulkan akibat dari PTSD adalah kurangnya penghargaan kepada diri sendiri, gangguan tidur, penurunan kinerja, serta depresi. Pengobatan untuk penderita PTSD bisa dilakukan dengan cara terapi obat-obatan atau bisa disebut dengan farmakoterapi dan psikoterapi. Menurut Wardhani dan Lestari (seperti dikutip Uyun 2015) ada tiga tipe psikoterapi, yaitu: *anxiety management*, *cognitive therapy*, dan *exposure therapy*.

Pemaparan diatas merupakan gambaran dari fenomena PTSD pada anak yang disebabkan dari kasus perundungan. Maka dari itu diperlukan untuk meningkatkan kesadaran serta kewaspadaan orang tua mengenai pentingnya

kesehatan mental anak yang memiliki gangguan PTSD yang diakibatkan oleh perilaku *bullying*.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

- Kurangnya tingkat kewaspadaan orang tua terhadap kondisi mental dan gangguan PTSD pada anak korban *bullying*.
- Kurangnya pengetahuan orang tua mengenai gangguan PTSD.
- Dibutuhkannya peran orang tua dalam dukungan untuk anak yang memiliki gangguan PTSD untuk membimbing anak sesuai dengan arahan dari psikolog.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalahnya sebagai berikut:

Bagaimana meningkatkan kesadaran dan kewaspadaan orang tua terhadap anak yang telah memunculkan gejala PTSD akibat dari perilaku *bullying* di Kota Bandung.

I.4 Batasan Masalah

Karena luasnya pokok bahasan mengenai PTSD. Maka dalam laporan perancangan ini dibatasi pada gangguan PTSD pada anak korban *bullying* setelah muncul gejala-gejala PTSD yang diberikan anak di Kota Bandung.

1.5 Tujuan dan Manfaat Perancangan

1.5.1 Tujuan Perancangan

Adapun tujuan dari perancangan kampanye sosial ini diantaranya :

- Memberikan informasi terkait PTSD akibat dari kasus *bullying* pada anak.
- Memberikan kesadaran kepada masyarakat dan orang tua mengenai bahayanya gangguan PTSD yang diakibatkan dari perilaku *bullying*.

- Mengajak orang tua untuk lebih memperhatikan kesehatan mental anak dan anak yang mengalami gangguan PTSD serta membimbing anak dalam pengarahan psikolog.

- **1.5.2 Manfaat Perancangan**

Mengetahui dan memahami pentingnya kesehatan mental pada anak dan bahayanya gangguan PTSD, maka diharapkan perancangan ini dapat meningkatkan kewaspadaan dan kesadaran untuk orang tua jika anak memunculkan gangguan PTSD akibat dari perundungan. Diharapkan orang tua memiliki keterlibatan serta dapat membantu anak untuk memulihkan gangguan PTSD dengan pengawasan psikolog. Dalam perancangan ini juga diharapkan menjadi sumber informasi terhadap bahayanya gangguan PTSD jika anak mengalami kasus perundungan.