

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental adalah hal yang sangat penting bagi semua orang karena kesehatan mental menyangkut kejiwaan dan psikis seseorang yang dapat memengaruhi kehidupan, terutama bagi seorang anak di karenakan harus tumbuh dengan mental yang sehat untuk menjalankan kehidupan yang normal. Masa anak anak hingga remaja merupakan masa perkembangan yang sangat penting, Dimana mengalami perubahan kognitif dan sosial secara signifikan. Dalam fase ini, anak cenderung mulai memperluas hubungan sosialnya dengan keluarga dan teman sebayanya. Interaksi dengan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk identitas diri, kepercayaan diri, dan kondisi psikolog remaja.

Kesehatan mental adalah kesehatan yang berkaitan dengan kondisi emosi, kejiwaan, dan psikis seseorang. Banyak orang mungkin tidak sadar bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Sering kali, kesibukan membuat seseorang menomorsatukan pekerjaan atau urusan lain hingga lupa memperhatikan kesehatan mentalnya sendiri. Mental health tidak hanya soal kondisi tanpa penyakit mental, tetapi juga kemampuan untuk menangani stres, bekerja secara produktif, dan berkontribusi di lingkungan keluarga maupun masyarakat.

Kesehatan mental memiliki pengertian keadaan dimana perkembangan fisik, intelektual dan emosional pada diri seseorang tumbuh, berkembang dan matang pada kehidupannya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian, memelihara aturan sosial dan tindakan dalam budayanya (Ardiansyah et al., 2023). Kesehatan mental telah menjadi isu penting dalam dunia pendidikan, khususnya di perguruan tinggi. Hal tersebut tidak terlepas dari adanya fakta bahwa kesehatan mental memiliki kontribusi terhadap perkembangan dan kesuksesan akademik mahasiswa. Bahkan kesehatan mental yang bermasalah dapat berdampak cukup kuat terhadap kehidupan lingkungan kampus. Baik pada level individual, interpersonal, maupun level institusi (Wahyuni & Bariyyah, 2019).

Perlu kamu ketahui bahwa peristiwa dalam hidup yang berdampak besar pada kepribadian dan perilaku seseorang bisa berpengaruh pada kesehatan mentalnya. Misalnya, pelecehan saat usia dini, stres berat dalam jangka waktu lama tanpa adanya penanganan, dan mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Berbagai kondisi tersebut bisa membuat kondisi kejiwaan seseorang terganggu, sehingga muncul gejala gangguan kesehatan jiwa. Akan tetapi, masalah kesehatan mental bisa mengubah cara seseorang dalam mengatasi stres, berhubungan dengan orang lain, membuat pilihan, dan memicu hasrat untuk menyakiti diri sendiri.

Selain itu Kesehatan mental juga merupakan aspek penting dari kesejahteraan secara keseluruhan karena berpengaruh langsung terhadap cara seseorang berpikir, merasa, dan berperilaku. Ketika kesehatan mental terjaga, seseorang lebih mampu menghadapi stres, menjaga hubungan yang sehat, dan membuat keputusan yang baik dalam kehidupannya. Sebaliknya, masalah kesehatan mental yang tidak

ditangani dapat berdampak buruk pada kualitas hidup, termasuk menurunnya produktivitas dan hubungan sosial. Menjaga kesehatan mental juga penting karena dapat mencegah berbagai gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan. Dengan menjalani pola hidup sehat, termasuk olahraga teratur, tidur yang cukup, dan menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, seseorang dapat memperkuat kondisi mentalnya. Selain itu, berbicara dengan orang terpercaya atau profesional saat menghadapi masalah juga merupakan langkah penting dalam menjaga kesehatan mental.

Masalah kesehatan mental pada remaja disebabkan oleh dua faktor. Yang pertama adalah faktor internal yang berasal dari keluarga atau kerabat lainnya, dan yang kedua adalah faktor sosial dan lingkungan sekolah, masyarakat dan persahabatan. Kesehatan mental generasi muda merupakan aspek penting yang harus diperhatikan dalam masyarakat kita. Keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental generasi muda.(Hudi et al., 2024). Pernyataan ini juga didukung oleh hasil penelitian dari (Peterson dalam Amhar et al, 2023) Remaja yang berasal dari kondisi keluarga *broken home* atau ketidakharmonisan dalam keluarga (disharmonis) seringkali mengalami berbagai perilaku negatif. Hal ini disebabkan karena peran keluarga sebagai penyedia pemenuhan kebutuhan, pengasuhan dan dukungan sosial, mengembangkan keterampilan hidup, memelihara dan mengatur sistem, dan kepuasan seksual, tidak terpenuhi.

Broken home sering dikenal dengan kondisi keluarga yang tidak lengkap ataupun harmonis lagi, yang mana kedua orangtua dari keluarga sudah dikatakan

pisah. Namun, *broken home* tidak hanya berkaitan dengan perceraian ataupun perpisahan yang mengakibatkan berakhirnya sebuah keluarga, tapi keluarga yang tidak sempurna atau saling melengkapi dimana orangtua tidak mampu membangun dan menjadi orang tua seutuhnya. Seharusnya dalam sebuah keluarga peran orang tua terhadap anak perlu diutamakan karena akan berdampak pada masa depannya. Sekarang kenyataannya banyak anak yang bebas pergaulannya karena kurangnya perhatian dari orang tua. (Cholid, 2021).

Keluarga *broken home* sangat berpengaruh besar pada mental anak, akibat dari *broken home* dapat merusak jiwa anak. Kedudukan orang tua menjadi elemen penting dalam mengarahkan, memberi dasar pendidikan dan kepribadian bahkan sebagai pemantau perkembangan dan tata perlakuan anak. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya kasus pertikaian dalam keluarga yang berakhir dengan pertikaian ini antara lain: persoalan ekonomi, perbedaan usia yang besar, keinginan memperoleh anak putra atau putri, dan persoalan prinsip hidup yang berbeda (Dagun, 2002: 114). Seorang anak yang dibesarkan dalam keadaan di mana ia tidak pernah mengecap kasih sayang orang tua, akan sulit menciptakan kasih sayang, proses ini tidak mudah karena sudah harus dimulai pada usia yang muda (Gunarsa & Singgih, 2007: 38). Kesehatan mental anak *broken home* juga dapat di pengaruhi oleh lingkungan sekitarnya seperti teman teman dalam hidupnya.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), sepanjang tahun 2024 terjadi 399.921 kasus perceraian di Indonesia. Penyebab terbesar perceraian adalah perselisihan dan pertengkaran terus-menerus sebanyak 254.125 kasus, disusul faktor ekonomi sebanyak 100.198 kasus. Jawa Barat menjadi salah satu provinsi

dengan jumlah perceraian tertinggi di Indonesia. Tingginya angka perceraian tersebut menunjukkan bahwa semakin banyak anak yang berpotensi mengalami kondisi *broken home* akibat perpisahan orang tua. Kondisi tersebut dapat memengaruhi perkembangan psikologis remaja, termasuk kesehatan mental, karena mereka kehilangan salah satu bentuk dukungan utama dalam keluarga. Hal ini didukung oleh jurnal Systematic Literature Review: Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kondisi Psikologis Remaja (Tiara Indah Cahyarity, Nia Desna Putri, dkk. 2025), yang berisi tentang perceraian orang tua dapat memberikan dampak signifikan terhadap kondisi psikolog remaja, yang meliputi kecemasan, stress, depresi, penurunan kepercayaan diri, kesulitan berinteraksi sosial, trauma emosional.

Peneliti memilih Kota Bandung bukan tanpa alasan, menurut data yang di peroleh Kompas.com Sebanyak 7.119 pengajuan perceraian, dengan 6.643 perkara di antaranya telah diputuskan, terjadi di Kota Bandung, Jawa Barat, sepanjang tahun 2025. Hampir 80 persen gugatan diajukan pihak istri. Pemicunya adalah pertikaian berkepanjangan dan faktor ekonomi. berdasarkan data Kepaniteraan Pengadilan Agama (PA) Bandung yang diterima *Kompas* pada Rabu (4/2/2026), hakim telah memutus 6.643 perkara dari 7.119 gugatan perceraian sepanjang tahun 2025.

Broken home yang di alami karena kasus perceraian menurut (Ariyanto, 2023) menyatakan Fenomena keluarga *broken home* dalam masyarakat saat ini sudah menjadi hal yang wajar atau biasa. Keluarga *broken home* merupakan pasangan suami dan istri yang mengalami permasalahan dalam keluarga kemudian

memutuskan untuk mengakhiri suatu hubungan dengan kata perceraian yang pada umumnya berdampak pada psikologis anak baik dalam pendidikan maupun lingkungan sosialnya. Perilaku anak yang tidak sesuai dengan norma karena kurang adanya perhatian, kasih sayang atau salah satu dari orang tua yang tidak ikut berperan dalam proses tumbuh kembangnya pendidikan anak, sehingga anak merasa kehilangan salah satu figur teladan yang seharusnya menjadi panutan dalam perilaku moral anak. Sesudah perceraian, menuntut peran ganda dari orang tua untuk memperhatikan pendidikan moral anak, sehingga anak dalam bersikap tidak merasa kehilangan sosok panutan teladan dalam hidupnya.

Dari proses pertumbuhan anak sampai remaja mengalami fase dinamika pertemanan sehingga pada akhirnya menemukan teman sebayanya dikarenakan kecocokan tujuan dan lain hal. Menurut John W. Santrock teman sebaya adalah seseorang dengan tingkat umur dan kedewasaan yang dikira-kirakan sama. Selain itu sebaya juga bisa di artikan sebagai seorang yang lahir pada waktu yang sama dan memiliki usia yang sama. Pendapat lain menyebutkan bahwa teman sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki umur yang sama atau tingkat perkembangan yang sama. Teman sebaya pada umumnya merupakan teman sekolah ataupun teman bermain di luar sekolah. Teman sebaya juga bisa dikatakan teman yang terdiri dari jumlah individu yang sama, dan persamaan disini di ukur berdasarkan persamaan usia dan status sosial.

Kelompok teman sebaya juga bisa dikatakan sebagai suatu kumpulan orang yang kurang lebih berusia sama baik dalam berpikir dan bertindak. Adapun nama lain dari kelompok teman sebaya adalah Peer Group yang dapat juga diartikan

sebagai suatu kelompok dari orang-orang yang seusia dan memiliki status sama dengan seseorang umumnya berhubungan atau bergaul.

Pergaulan antar teman merupakan aspek fundamental dalam perkembangan sosial dan emosional remaja yang memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan karakter dan kesehatan mental mereka. Dalam konteks ini, kualitas pertemanan dapat menjadi pedang bermata dua, di satu sisi dapat menjadi sumber dukungan sosial yang berharga dan pengalaman pembelajaran positif, namun di sisi lain dapat menjadi faktor risiko yang berpotensi memicu berbagai masalah psikologis ketika bersifat toxic. (Rostiawan et al., 2025).

Teman sebaya bisa menjadi faktor pendukung untuk anak dengan kondisi Kesehatan mental yang baik. Menurut (Sarmini et al, 2023) mengutip dari buku (Dewi,2012) menemukan bahwa hubungan yang harmonis dengan teman sebaya selama masa remaja, berhubungan dengan kesehatan mental yang positif pada masa dewasa.

Dukungan sosial merupakan hadirnya orang-orang terdekat, apabila seorang individu mengalami masalah yang dia merasa tak bisa diselesaikan sendiri. Dukungan sosial dari orang-orang terdekat sangatlah penting bagi berbagai individu karena dapat membantu dalam menaikkan semangat untuk kembali menjalani berbagai aktivitas dalam hidup. Hurlock (dalamSabrina Nurfianti et al., 2023) mengutarakan bahwa remaja lebih banyak mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana komunikasi interpersonal teman sebaya berpengaruh terhadap kondisi psikologis remaja, khususnya bagi mereka yang berasal dari keluarga *broken home*.

Komunikasi Interpersonal antar teman sebaya memiliki peran sangat penting dalam membantu remaja mengekspresikan perasaan, berbagi pengalaman, serta memperoleh dukungan emosional. Komunikasi yang efektif dan positif dapat menjadi sarana *coping mechanism* bagi remaja dalam membagi tekanan hidup termasuk kondisi keluarga yang tidak harmonis, namun tidak semua komunikasi interpersonal memberikan dampak yang positif. Kualitas komunikasi, seperti keterbukaan, empati, dukungan, dan kepercayaan menjadi faktor penentu dalam sejauh mana interaksi tersebut dapat berkontribusi terhadap Kesehatan mental remaja.

Komunikasi Interpersonal adalah proses pertukaran informasi, ide, dan perasaan antara dua orang atau lebih secara langsung. Proses ini melibatkan interaksi non verbal maupun interaksi verbal yang bertujuan untuk membangun pemahaman dan hubungan yang lebih baik. Dengan kata lain komunikasi interpersonal adalah cara kita berhubungan dan berkomunikasi dengan orang lain sehari-hari. Komunikasi interpersonal tidak hanya berbicara, tetapi juga mendengarkan, memahami dan merespons secara tepat, dengan itu komunikasi interpersonal menjadi fondasi penting untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan efektif.

Untuk memperdalam komunikasi interpersonal ada beberapa definisi menurut para ahli yang dijadikan untuk rujukan, Adler dan Rodman Menurut Adler dan Rodman, komunikasi interpersonal adalah proses di mana dua orang atau lebih menciptakan makna melalui interaksi. Mereka menekankan bahwa komunikasi ini bersifat dinamis dan melibatkan pertukaran pesan yang saling memengaruhi satu

sama lain. Dengan kata lain, komunikasi interpersonal bukan hanya sekadar menyampaikan informasi, tetapi juga membangun makna bersama. Gerald R. Miller Miller mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai komunikasi yang terjadi antara individu yang saling mengenal dan memiliki hubungan personal. Komunikasi ini bersifat langsung dan melibatkan interaksi yang intens, sehingga memungkinkan adanya pemahaman yang lebih dalam. Joseph A. DeVito DeVito menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses di mana individu saling bertukar pesan secara langsung untuk mencapai pemahaman bersama. Ia juga menekankan pentingnya umpan balik (*feedback*) dalam komunikasi interpersonal agar pesan yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik.

Meskipun penelitian sebelumnya sudah dilakukan yang membahas tentang Kesehatan mental remaja maupun pengaruh komunikasi interpersonal teman sebaya, sebagai besar penelitian tersebut masih berfokus pada populasi remaja secara umum tanpa secara spesifik menyoroti kelompok remaja dengan latar belakang *broken home*. Seperti penelitian yang sudah dilakukan oleh (Sulistyowati, 2023) yang hanya menyoroti komunikasi interpersonal antar sesama penghuni asrama dan mendukung kesehatan mental. Lalu penelitian milik (Ayuthaya Purnama & Farhannaya, 2025) yang hanya menyoroti peran komunikasi interpersonal dalam membentuk *positive* mental health pada Generasi Z, dan belum merujuk secara spesifik kepada remaja yang *broken home*.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan di atas, penelitian yang menggabungkan dua variabel utama komunikasi interpersonal teman sebaya, dan Kesehatan mental anak remaja *broken home* masih relatif terbatas, khususnya

dalam konteks lokal seperti Kota Bandung. Hal ini menunjukkan adanya kekosongan penelitian yang perlu diisi untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif dan kontekstual. Berdasarkan Latar belakang diatas peneliti tertarik membuat penelitian ini yang berjudul “Pengaruh Dukungan Komunikasi Interpersonal Teman Sebaya Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Di Kota Bandung” yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana dukungan komunikasi interpersonal dalam mempengaruhi Kesehatan mental mahasiswa *broken home* di kota Bandung dan mengisi celah kekosongan pada penelitian terdahulu khususnya pada kajian bidang ilmu komunikasi.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang sudah di kemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Bagaimana pengaruh komunikasi interpersonal teman sebaya yang meliputi tingkat keterbukaan, empati, kesetaraan terhadap, sikap mendukung, dan sikap positif. Kesehatan mental remaja *broken home* di Kota Bandung”.

1.3. Identifikasi Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah di kemukakan di atas, maka masalah bisa di identifikasikan sebagai berikut:

- 1) Bagaimana pengaruh komunikasi interpersonal teman sebaya terhadap tingkat kesehatan mental anak remaja *broken home* di kota Bandung.

1.4. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian

1.4.1 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- 1) Untuk mengetahui pengaruh komunikasi interpersonal teman sebaya terhadap tingkat kesehatan mental anak remaja *broken home* di kota Bandung

1.4.2. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan pengembangan suatu ilmu. Meninjau dari latar belakang dan tujuan penelitian, maka penelitian ini terbagi menjadi kegunaan teoritis dan kegunaan praktis, yang diharapkan mampu mendatangkan manfaat bagi pengembangan Ilmu Komunikasi.

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu komunikasi, khususnya dalam kajian komunikasi interpersonal yang berkaitan dengan keterbukaan, empati, dan kesetaraan dalam interaksi sosial. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas komunikasi interpersonal pada anak dari keluarga *broken home*.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan, khususnya dalam bidang komunikasi interpersonal, serta

menambah wawasan mengenai dinamika hubungan sosial anak dari keluarga *broken home* dengan teman sebaya.

b. Bagi Anak dari Keluarga *Broken home*

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya keterbukaan, empati, dan kesetaraan dalam komunikasi interpersonal, sehingga dapat membantu dalam membangun hubungan sosial yang lebih baik dengan lingkungan sekitarnya.

c. Bagi Teman Sebaya dan Lingkungan Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya sikap empati dan kesetaraan dalam berinteraksi dengan anak dari keluarga *broken home*, sehingga tercipta hubungan sosial yang lebih harmonis.

d. Bagi Akademisi dan Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan rujukan dalam penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal maupun isu sosial terkait keluarga dan lingkungan pergaulan.