

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia dapat dikatakan sehat, apabila manusia tersebut sehat dalam fisik maupun mentalnya. Manusia dapat dikatakan sehat terkait fisik/jasmaninya, apabila individu tersebut terhindar dari berbagai penyakit yang berhubungan dengan tubuhnya, sedangkan dapat dikatakan sehat terkait mentalnya, apabila individu tersebut terhindar dari berbagai penyakit yang berhubungan dengan kejiwaannya/psikisnya. Oleh karena itu, kesehatan bagi setiap insan/manusia sangatlah penting, tidak hanya kesehatan yang berkaitan dengan fisik saja, melainkan kesehatan yang berkaitan dengan mental/psikis juga sangat penting dan harus sama-sama di perhatikan dan diperdulikan oleh setiap individu. Hanya saja karena kurangnya pengetahuan masyarakat di berbagai daerah khususnya di Indonesia sendiri tentang perlunya dan pentingnya menjaga kesehatan mental, sehingga kebanyakan dari setiap individu kurang dalam memperdulikan dan memperhatikan kesehatan terkait mentalnya dan lebih mengutamakan atau mengedepankan kesehatan terkait fisiknya.

Dalam berita *TRIBUNNEWS.com*, Jakarta (Rabu, 12/10/2016-10:09 WIB), menjelaskan bahwa kesehatan jiwa masih menjadi salah satu permasalahan yang signifikan di dunia, termasuk juga di Indonesia. Faktanya, satu dari empat orang akan mengalami masalah kesehatan jiwa pada satu waktu dalam kehidupannya. Bahkan, dalam setiap 40 detik di suatu tempat didunia ada seseorang yang meninggal karena bunuh diri (*WFMH*, 2016). Data *WHO* (2016)

menunjukkan, terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena *bipolar*, 21 juta orang terkena *skizofrenia*, serta 47,5 juta orang terkena *demensia*. Di Indonesia sendiri, dengan menimbang berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial dengan keanekaragaman penduduk di Indonesia, maka jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia atau sumber daya manusia untuk jangka panjang. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kemendes tahun 2013, *prevalensi* gangguan pada mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia antara 15 tahun keatas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk di Indonesia. Sedangkan *prevalensi* gangguan jiwa berat, seperti *skizofrenia* mencapai sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1000 penduduk di Indonesia. Adapun ciri-ciri orang yang sehat jiwanya, antara lain: perasaan sehat dan bahagia dan merasa nyaman terhadap dirinya, sehingga mampu mengatasi amarah, iri hati, rasa cemas, rendah diri, takut dan kecewa, serta mampu menilai dirinya sendiri dengan sepatutnya. Orang yang sehat jiwanya juga dapat menerima orang lain apa adanya, mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga mampu menerima dan mencintai, serta menggunakan akal dengan sehat. Selain itu sehat jiwa juga dapat menyadari kemampuan diri, maupun menerima tanggung jawab, mengambil keputusan, mempunyai tujuan hidup yang nyata, dan merancang masa depannya. Adapun penyebab gangguan kesehatan jiwa, antara lain: kekerasan terhadap anak dan perempuan terutama kekerasan seksual, pornografi, penyalagunaan *Narkotika*, *Alkohol*, *Psikotropika* dan *Zat adiktif (NAPZA)*, kecanduan media elektronik dan jejaring sosial, gangguan kejiwaan, bencana,

tekanan psikologis, kepikunan dan sebagainya. Sama seperti berita yang telah disampaikan oleh *TRIBUNNEWS.com*, Jakarta (Rabu, 12/10/2016-10:09 WIB). Dalam berita *SINDONEWS.com*, Jakarta (Selasa 04/09/2018-10:30 WIB) juga menjelaskan bahwa, Kesehatan mental masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Jika diabaikan bisa memicu terjadinya stress dan akan berujung depresi berkepanjangan.

Dalam berita *TRIBUNNEWS.com*, Solo (Selasa, 28/06/2011-22:57 WIB) – Sri Rusmanti menjelaskan bahwa, alkohol dalam pengertian sehari-hari disebut *Etilalkohol (Etanol)* yang berasal dari peragian anggur, ketan, singkong, tebu dan sumber nabati lainnya. Alkohol termasuk senyawa yang bisa menyebabkan terjadinya gangguan fisik maupun mental. Saat seseorang meminum minuman beralkohol, zat yang terkandung dalam alkohol akan diserap lambung, kemudian masuk ke dalam aliran darah dan tersebar ke seluruh tubuh, sehingga menyebabkan terganggunya sistem di dalam tubuh. Setelah diminum, alkohol diserap ke dalam perut. Namun begitu, jalan utama alkohol masuk ke dalam darah yaitu melalui usus kecil, kemudian di bawa ke jantung dan menyebarkan darah alkohol tadi ke seluruh tubuh. Beberapa efek dari alkohol antara lain, mual, muntah, cemas, sakit kepala, gemetar atau kejang. Peminum juga bisa terserang halusinasi. Baik suara maupun penglihatan, nadi cepat atau tekanan darah tinggi, meningkatkan temperatur tubuh hingga menurunkan kesadaran. Bila minuman alkohol dikonsumsi berlebihan dapat menimbulkan gangguan mental organik (*GMO*), yaitu gangguan dalam fungsi berpikir, merasakan dan berperilaku. Penggunaan alkohol yang melampaui batas juga akan mengurangi kemampuan

berpikir dan fungsi kerja organ tubuh lainnya dan biasanya peminum alkohol juga akan menjadi lamban dalam berpikir, pelupa, dan mudah panik.

Sedangkan dalam berita *BERITASATU.com*, Jakarta (Kamis, 11/12/2014)

– Pakar kesehatan jiwa, Danardi Sosrosুমiharjo mengatakan tidak hanya mengganggu kesehatan fisik, pecandu alkohol juga bisa mengalami gangguan kejiwaan, orang yang sudah kecanduan alkohol pola pikirnya akan terganggu, tidak lagi takut akan bahaya, apalagi aturan. Orang yang sudah kecanduan alcohol, kesehatan kejiwaannya akan terganggu, bahkan yang terburuknya bisa mengalami *skizofrenia*, atau yang kita menyebutnya *psiko-organik*.

Di daerah Lingkungan Kasri, Kecamatan Pandaan, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur. Masyarakat sekitar banyak yang kurang mengerti akan pentingnya kesehatan mental, sehingga masyarakat di sekitar Lingkungan Kasri tersebut, terutama pada para remajanya tersebut tidak terlalu memperdulikan dan memperhatikan kondisi kesehatan mentalnya dan lebih memperdulikan, serta memperhatikan kondisi kesehatann fisik/tubuhnya saja. Kebanyakan para remaja di daerah sekitar Lingkungan Kasri sendiri, sering sekali mudah merasakan stres, cemas dan mudah sekali gelisah dalam menjalani kehidupannya, dan beberapa dari mereka mengatakan bahwa saat dirinya merasa stress, mereka ingin minum minuman beralkohol. Sehingga kebanyakan dari remaja di Lingkungan Kasri saat merasa stress, cemas, dan gelisah, mereka sering sekali melampiaskannya ke minum minuman keras agar mereka bisa dapat menenangkan jiwa dan pikirannya dikarenakan efek dari minuman keras tersebut menurut beberapa dari mereka mengatakan bahwa saat meminum minuman keras dalam jumlah sedang dapat menenangkan jiwa dan pikirannya, walaupun efeknya terebut hanya bersifat

sementara. Namun dalam beberapa kejadian justru dampak saat meminum minuman keras tersebut dalam jumlah banyak membuat mereka sering mengalami mabuk, mual, mutah dan hilangnya fokus, konsentrasi serta kesadaran, sehingga sering terjadi gesekan antar teman sendiri, maupun terhadap orang lain dan berujung penyesalan disaat efek dari minuman keras tersebut telah hilang.

Notosoejodirjo dan Latipun (2016) menyatakan bahwa, faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, yaitu antara lain: *faktor Biologis* (terdiri dari, otak, sistem *endokrin*, *genetik*, *sensori* dan kondisi ibu saat kehamilan), faktor Psikologis (terdiri dari; pengalaman awal, proses belajar, kebutuhan), faktor Sosial Budaya (terdiri dari; stratifikasi sosial, interaksi sosial, keluarga, perubahan sosial, sosial budaya dan *stresor psikososial* lainnya), faktor Lingkungan (terdiri dari; lingkungan dan kesehatan, nutrisi sebagai sumber energi, lingkungan fisik, lingkungan kimiawi, lingkungan biologis, dan faktor lingkungan lainnya).

Lebih lanjut, Notosoejodirjo dan Latipun (2016) menjelaskan bahwa, kesehatan mental masyarakat pada dasarnya tercermin diantaranya dari segi-segi kesehatan mental remaja, yakni makin tinggi angka delinkuensi, bunuh diri pada remaja, penggunaan obat-obatan dan ketergantungan pada zat-zat *adiktif*, berarti kesehatan mental dalam masyarakatnya semakin rendah. Remaja sendiri merupakan kelompok usia yang menjadi pusat perhatian banyak kalangan diantaranya: psikolog, sosiolog, pendidikan dan sebagainya. Secara fisik mereka (remaja) dalam kondisi fisik yang optimal, karena berada pada puncak perkembangannya. Namun dalam sisi *psikososial*, mereka berada pada fase yang mengalami banyak masalah, baik menyangkut hubungan dengan dirinya maupun

orang lain. Remaja yang salah dalam dalam penyesuaian banyak sekali terjadi. Mereka melakukan tindakan-tindakan yang tidak realistis, bahkan cenderung melarikan diri dari tanggung jawab. Perilaku mengalihkan masalah yang dihadapi para remaja dengan cara mengonsumsi minuman beralkohol yang banyak sekali dilakukan oleh mereka para remaja, bahkan sampai mencapai tingkat ketergantungan dan penyalagunaan obat-obatan dan zat *adiktif*. Sehingga akan dapat mengganggu kesehatan mental mereka.

Nurwijaya, Ikawati, dkk (2009), menjelaskan bahwa, alkohol merupakan molekul yang sangat kecil yang larut baik dalam air maupun lemak sehingga mudah sekali masuk kedalam aliran darah dan juga menembus sawar darah otak. Karena, itu target utama alkohol yakni otak dan sistem saraf pusat. Alkohol sendiri bisa bereaksi pada berbagai tempat dalam sistem saraf pusat, antara lain: *medula spinalis*, otak kecil, otak besar dan berbagai sistem neurotransmitter. Mengonsumsi minuman beralkohol dalam dosis yang rendah dapat memberikan efek relaksasi, menurunkan ketegangan *inhibisi*, konsentrasi, memperlambat *refleks* dan kecepatan dalam reaksi serta mengganggu koordinasi pada dosis sedang bisa menyebabkan bicara lambat, *drowsy* dan penurunan emosi, sedangkan pada dosis yang tinggi menyebabkan muntah-muntah, gangguan pernafasan, penurunan kesadaran, koma bahkan menyebabkan kematian. Lebih lanjut, bahwa masa remaja, hipokampus, bagian otak yang berhubungan dengan proses belajar, memori regulasi emosi, proses *sensori*, serta rasa stres, rentan efek balik dari minuman beralkohol. Pada akhirnya penggunaan alkohol menimbulkan masalah emosi dan sosial karena mempengaruhi pusat emosi pada sistem *limbik* yang menyebabkan *ansietas*, *depresi* bahkan sampai bunuh diri. Oleh karena itu,

alkohol bisa menimbulkan dampak negatif pada tubuh, mental dan kehidupan sosial manusia.

Jeffrey S. Nevid, dkk (2005), menjelaskan bahwa, gangguan-gangguan yang diakibatkan oleh alkohol dapat berdampak pada mengurangnya aktifitas keseluruhan pada sistem pusat saraf sehingga menciptakan perasaan santai. Meskipun alkohol dapat membuat perasaan santai dan percaya diri, alkohol dapat menghambat individu dalam membuat sesuatu keputusan yang bagus. Alkohol juga dapat memberikan perasaan yang *euforia* (senang berlebihan) dalam waktu singkat dan kenikmatan yang dapat menghapus keraguan dan kelemahan dalam diri, alkohol juga bisa kurang mampu dalam mempersepsikan konsekuensi yang tidak menguntungkan dari perilaku tersebut. Penggunaan alkohol dalam jumlah banyak dapat mengurangi rangsangan atau kenikmatan seksual dan merusak kemampuan seksual, dapat menghambat koordinasi dalam kemampuan motorik dan dapat mengganggu kemampuan dalam berbicara. Alkohol juga dapat mengakibatkan gangguan *amnestik* yang ditandai dengan hilangnya ingatan, *disorientasi* dan *konfabulasi*. Sehingga pengaruh dari minuman keras/beralkohol dapat menyebabkan terganggunya kesehatan pada mentalnya.

Davidson & Neale, 2001 dalam (Fausiah, Widury, editor: Basri, 2014), menjelaskan bahwa alkohol memiliki efek yang bersifat "*biphasic*". Efeknya mula-mula meningkatkan stimulan; dimana orang yang meminumnya akan mengalami peningkatan perasaan merasa lebih mampu bersosialisasi dan merasa sejahtera seiring dengan meningkatnya kadar alkohol dalam darah. Namun setelah tingkatan tersebut mencapai puncak dan mulai menurun, alkohol memiliki efek depresan, yaitu meningkatkan emosi negatif. Jumlah alkohol yang besar juga

dapat mengganggu proses berpikir yang lebih kompleks, keseimbangan koordinasi *motorik*, pembicaraan, dan penglihatan. Lebih lanjut Davidson & Neale (2001), menjelaskan bahwa adanya pengaruh alkohol dalam tubuh terkait dengan interaksinya dengan beberapa sistem saraf dalam tubuh. Sehingga alkohol bisa *menstimulasi reseptor GABA*, yang dapat menimbulkan efek turunya ketegangan. Alkohol juga menaikkan tingkat *Serotonin* dan *Dopamin*. Sehingga hal ini dapat menimbulkan efek menyenangkan yang dapat dirasakan individu dan akhirnya alkohol menghambat *reseptor Glutamat* yang dapat menyebabkan efek *intoknisasi* alkohol pada kemampuan *kognitif*, seperti bicara tidak jelas dan dapat menimbulkan hilang ingatan.

Lebih lanjut, seseorang yang mengalami ketergantungan terhadap alkohol akan menemui kesulitan untuk mengendalikan pola minumannya. Karena terlalu sering mengonsumsi alkohol, maka dalam tubuh sudah terjadi toleransi, dimana konsumsi alkohol harus lebih ditingkatkan untuk mencapai efek yang diinginkan. Seseorang yang mengalami ketergantungan terhadap alkohol juga dapat mengalami gejala putus zat jika mencoba berhenti atau mengurangi mengonsumsi alkohol, yakni antara lain merasa cemas, depresi, merasa lelah, tidak dapat tenang dan tidak dapat tidur. Penggunaan alkohol secara berlebihan dan dalam jangka waktu yang panjang, juga dapat menimbulkan berbagai masalah yang serius, seperti kemunduran secara psikologis dan kerusakan pada berbagai organ tubuh. Seseorang yang mengalami ketergantungan terhadap alkohol juga dapat mungkin mengalami *delerium tremens (DTs)*, apabila kadar alkohol dalam tubuh turun secara tiba-tiba, sehingga orang tersebut mengalami gemetar, mengigau dan juga

halusinasi. Oleh karena itu orang-orang yang ketergantungan minuman beralkohol dapat mengganggu kesehatan mentalnya.

Sarwono (2018), menjelaskan penyebab para remaja menyalahgunakan narkoba dan minuman beralkohol karena narkoba dan minuman beralkohol mempunyai dampak terhadap sistem saraf pada manusia yang dapat menimbulkan berbagai perasaan, yakni antara lain seperti; meningkatkan gairah, semangat, keberanian, dan sebagian lagi menimbulkan perasaan ngantuk, rasa tenang, dan nikmat sehingga bisa menghilangkan rasa kesulitan. Oleh karena efek-efek itulah para remaja menyalahgunakan narkoba dan alkohol. Tetapi sebenarnya, jika mengonsumsi narkoba maupun alkohol dalam dosis yang berlebihan bisa membahayakan jiwa. Narkoba dan alkohol memiliki sifat yang dapat menimbulkan ketergantungan (kecanduan) pada pemakainya karena makin sering memakai/mengonsumsi narkoba dan meminum minuman beralkohol, makin besar ketergantungannya sehingga pada suatu saat sulit untuk dapat bisa melepaskan diri lagi dan dapat menurunkan kesehatan mental.

Semiun, *OFM* (2006), menjelaskan bahwa alkohol merupakan suatu zat depresan karena seseorang yang sudah minum banyak akan menjadi lebih ramah, semangat yang meluap-luap, berbicara terlalu banyak, tidak segan dan suara menjadi tinggi-keras. Di samping efek alkohol yang menyebabkan individu merasa gembira, alkohol juga dapat berpengaruh terhadap penglihatan dan keseimbangan, serta mereduksikan kontrol pada otot sehingga cara dalam bicarannya menjadi cadel/pelat dan menyebabkan koordinasi berkurang. Selain itu, alkohol dapat mengganggu konsentrasi dan cara menilai kenyataan sehingga individu dapat mengambil keputusan yang lemah. Oleh sebab itu, minuman yang

mengandung alkohol dapat menimbulkan berbagai bahaya bagi kesehatan mental/jiwanya.

Hurlock, 2004: 167 dalam (Utami, 2017), menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah. Oleh karenanya remaja sangat rentan mengalami berbagai masalah psikososial, termasuk kenakalan pada remaja dengan mengonsumsi minuman beralkohol. Minuman beralkohol sendiri adalah minuman yang mengandung zat etanol yang bila dikonsumsi akan menurunkan tingkat kesadaran bagi konsumennya (Lusita, 2005: 2). Menurut Koentjoro (2002), juga menyatakan bahwa sebagian besar korban penyalagunaan minuman adalah remaja, yang terbagi dalam golongan usia 14-16 tahun (47,7%), golongan usia 17-20 tahun (51,3%) dan golongan usia 21-24 tahun (31%) dengan tinjauan dari tingkat pendidikan dan latar belakang status ekonomi. Data tersebut menyebutkan bahwa di Indonesia pada usia remaja sudah mengonsumsi minuman beralkohol. Sebagaimana pendapat Utima (2012), bahwa individu yang memasuki masa dewasa awal, kemudian menjadi pecandu alkohol dapat menyebabkan terganggunya kesehatan mental.

Dengan berdasarkan apa yang telah diuraikan diatas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Minuman Keras Terhadap Kesehatan Mental Di Lingkungan Kasri, Kecamatan Pandaan, Kabupaten Pasuruan”.

B. Rumusan Masalah

Dengan berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti dalam penelitian ini tertarik untuk mengetahui tentang, “Apakah ada Pengaruh Minuman keras terhadap Kesehatan Mental Di Lingkungan Kasri, Kecamatan Pandaan, Kabupaten Pasuruan?”

C. Tujuan

Adapun tujuan dari penelitian ini yang hendak dicapai adalah untuk mengetahui adanya pengaruh minuman keras terhadap kesehatan mental di Lingkungan Kasri, Kecamatan Pandaan, Kabupaten Pasuruan

D. Manfaat

Peneliti mengidentifikasi manfaat yang sekiranya diperoleh dari hasil penelitian ini, antara lain:

1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih dan wawasan terhadap pengembangan ilmu di bidang psikologi, terutama berkaitan dengan psikologi klinis serta dapat menjadi ajuan untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis:

Penelitian ini sekiranya dapat memberikan manfaat bagi kita semua dalam memahami dan mengetahui bahaya akan minuman keras dan dapat membenahi diri untuk menjaga kesehatan mental diri kita khususnya untuk para remaja yang meminum minuman keras.