

MASALAH KESEHATAN MENTAL GENERASI Z DI RUMAH SAKIT JIWA

Afry Zaldy Abdulah*, Titik Suerni, Etik Nurochmah

Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, Jl. Brigjen Sudiarto No. 347,
Gemah, Pedurungan, Semarang, Jawa Tengah 50611, Indonesia

*ikmaldy@gmail.com

ABSTRAK

Generasi Z yang lahir antara tahun 1997-2012 merupakan mayoritas penduduk Indonesia menurut data sensus BPS tahun 2020. Keterbukaan mereka terhadap teknologi dan internet, meskipun memberikan kemudahan akses informasi, juga meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental. Pandemi COVID-19 memperparah masalah ini, walaupun sebagian Generasi Z menunjukkan kesadaran tinggi terhadap kesehatan mental. Data RISKESDAS 2018 mencatat peningkatan penderita gangguan jiwa, dengan 7% penduduk mengalami gangguan jiwa berat. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan total sampling pada 127 pasien Generasi Z di Rumah Sakit Jiwa Dr. Amino Gondohutomo Jawa Tengah. Hasil menunjukkan mayoritas responden laki-laki (56,7%), berpendidikan SMA (61,4%), dan tidak bekerja (77,2%). Gangguan jiwa skizofrenia mendominasi, dengan skizofrenia tak terinci (36,2%) dan skizofrenia paranoid (18,9%) menjadi yang paling umum. Masalah keperawatan yang banyak dialami adalah resiko perilaku kekerasan (41,7%). Karakteristik responden menunjukkan adanya perbedaan dengan penelitian sebelumnya, seperti dominasi laki-laki dan tingkat pendidikan SMA. Meskipun demikian, hasil penelitian ini mencerminkan kompleksitas masalah kesehatan mental Generasi Z, terutama dalam konteks pandemi COVID-19 dan paparan teknologi. Identifikasi dini dan penanganan masalah kesehatan mental perlu menjadi fokus untuk meningkatkan kesejahteraan Generasi Z di masa depan.

Kata kunci: generasi z; kesehatan mental; skizofrenia

THE MENTAL HEALTH ISSUES OF GENERATION Z AT THE PSYCHIATRIC HOSPITAL

ABSTRACT

The Generation Z, born between 1997 and 2012, constitutes the majority of Indonesia's population according to the 2020 BPS census data. Despite their openness to technology and the internet, which facilitates access to information, it also increases vulnerability to mental health issues. The COVID-19 pandemic has exacerbated these problems, although some of Generation Z show a high awareness of mental health. The Rikesda 2018 data notes an increase in individuals with mental disorders, with 7% of the population experiencing severe mental disorders. This research employs a quantitative descriptive method, utilizing total sampling on 127 Generation Z patients at Dr. Amino Gondohutomo Mental Hospital in Central Java. The results indicate most male respondents (56.7%), with a high school education level (61.4%), and unemployed (77.2%). Schizophrenia dominates the mental disorders, with undifferentiated schizophrenia (36.2%) and paranoid schizophrenia (18.9%) being the most common. Nursing issues predominantly involve the risk of violent behaviour (41.7%). Characteristics of the respondents reveal differences from previous studies, such as male dominance and a prevalence of high school education. Nevertheless, the findings of this research reflect the complexity of mental health issues in Generation Z, especially in the context of the COVID-19 pandemic and technology exposure. Early identification and management of mental health issues need to be the focus to enhance the well-being of Generation Z in the future.

Keywords: generation z; mental health; schizophrenia

PENDAHULUAN

Generasi yang lahir antara tahun 1997-2012 sering disebut dengan Generasi Z (Savira, 2021). Generasi Z saat ini merupakan generasi mayoritas penduduk Indonesia, data sensus

BPS tahun 2020 menunjukkan sebanyak 27,94% penduduk Indonesia berada di kategori generasi Z (Firamadhina & Krisnani, 2021). Generasi ini sangat terbuka akan kemajuan teknologi dan internet. Mudah-mudahan generasi Z dalam mengakses informasi melalui perkembangan peningkatan konektivitas global merupakan salah satu efek positif adanya internet yang mudah diakses melalui gawai/ponsel genggam (Firamadhina & Krisnani, 2021). Sayangnya kemudahan akses internet juga membuat generasi Z memiliki kerentanan terhadap efek mental emosional yang lebih tinggi dibanding generasi sebelumnya (Phangadi, 2019). Masalah kesehatan mental yang paling banyak dialami generasi Z adalah gangguan kecemasan, depresi, stress, gelisah yang berlebihan, hingga masalah fisik yang berdampak kepada kesehatan jiwa. Permasalahan tersebut kerap disebabkan oleh koping dari generasi Z yang kurang baik. Ciri koping tersebut misalnya cara komunikasi yang berbeda dengan komunikasi angkatan sebelumnya, pola pikir, ketergantungan menggunakan internet dan gawai, memiliki ambisi yang tinggi, dan kesanggupan dalam melakukan segala hal (Guntur, A., Rahmadanty, I., P., 2022). Permasalahan tersebut sering menjadi stresor bagi generasi Z dan mengakibatkan koping yang kurang baik. Pandemi COVID-19 juga telah berdampak signifikan pada kesehatan mental Generasi Z, yang menyebabkan peningkatan masalah kesehatan mental. Namun, Generasi Z juga menunjukkan tingkat kesadaran yang tinggi tentang kesehatan mental. Beberapa individu dalam generasi ini secara aktif berkampanye untuk kesehatan mental meskipun memiliki gangguan mental yang parah. Masalah yang dialami Generasi Z beragam dengan adanya paparan teknologi, gaya hidup, dan intimidasi menjadi penyebab utamanya (Grelle, K., Shrestha, N., Ximenes, M., Perrotte, J., Cordaro, M., 2023).

Peningkatan penderita gangguan jiwa berdasarkan data Rikesda mencapai 7%. Di Jawa Tengah gangguan jiwa yang berat diperkirakan mencapai 450 ribu orang, dengan 8,7% penduduk menderita skizofrenia. Oleh karena itu Jawa Tengah menjadi salah satu provinsi dengan urutan kelima jumlah penderita gangguan jiwa terbanyak (Risksedas, 2020). Studi pendahuluan yang dilakukan di salah satu ruang rawat rumah sakit jiwa didapatkan data 399 generasi Z mengalami gangguan jiwa. Data tersebut meningkat 32% dari tahun sebelumnya sebesar 301 orang. Selain itu juga salah satu ruang selama 3 bulan terakhir mengalami peningkatan pasien generasi Z yang biasanya sekitar 8-10 pasien menjadi 13-15 pasien per gen Z tiap bulannya. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan secara faktual masalah kesehatan jiwa Generasi Z tahun 2023 di rumah sakit jiwa.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain deskriptif. Penelitian deskriptif menggambarkan fenomena saat ini. Tujuannya adalah untuk menggambarkan secara faktual masalah kesehatan jiwa generasi Z di rumah sakit jiwa. Dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada pasien Generasi Z dengan gangguan jiwa di Rumah Sakit Daerah Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Teknik sampling pada penelitian ini yaitu purposive sampling. Adapun kriteria sampel dari penelitian ini adalah pasien kategori generasi Z atau pasien yang lahir antara tahun 1997-2012 yang dirawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah dengan masalah gangguan jiwa dan pasien yang pertama kali di rawat. Populasi pada penelitian ini yaitu 610 orang. Berdasarkan hal kriteria responden, sampel yang kami ambil yaitu 127 orang. Penelitian dilakukan di ruang rawat inap psikiatri RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Penelitian dilaksanakan pada bulan September 2023. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan dengan menggunakan data sekunder bagian rekam medis RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah pada bulan Januari sampai dengan Juli 2023. Data rekam medis digunakan

sebagai dasar catatan oleh peneliti. Data rekam medis RS merupakan instrumen baku sehingga peneliti tidak melakukan uji validitas dan reabilitas. Analisis data univariat dilakukan pada penelitian ini, Data di analisa secara deskriptif dengan hasil tampilan frekuensi dan prosentase. Dengan data ini diharapkan mampu memberikan gambaran mendalam tentang masalah kesehatan mental Generasi Z di RSJD Dr. Amino Gondohutomo.

HASIL

Tabel 1.
 Karakteristik dan Masalah Jiwa Generasi Z (n=127)

indikator	f	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	55	43.3
Laki-Laki	72	56.7
Pendidikan		
SD	8	6.3
SMP	34	26.8
SMA	78	61.4
Perguruan Tinggi	7	5.5
Status Pekerjaan		
Bekerja	29	22.8
Tidak Bekerja	98	77.2
Masalah Kesehatan Jiwa		
Skizofrenia Tak Terinci	46	36.2
Skizofrenia Paranoid	24	18.9
Depresi	17	13.4
Skizoafektif	13	10.2
skizofrenia kataton	11	8.7
Skizofrenia Hebefrenik	6	4.7
GMO	5	3.9
Bipolar	5	3.9
Masalah keperawatan		
Resiko Perilaku Kekerasan	53	41.7
Halusinasi	36	28.3
Resiko Bunuh Diri	21	16.5
Isolasi sosial	8	6.3
Defisit perawatan diri	6	4.7
Waham	3	2.4

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki. Pendidikan mayoritas responden yaitu berada di Tingkat SMA sebanyak 61,4%. Status pekerjaan responden mayoritas 77,2 % tidak bekerja. Tabel 1 juga menunjukkan masalah kesehatan mental responden, mayoritas responden mengalami gangguan jiwa skizofrenia tak terinci sebanyak 36,2%, diikuti dengan gangguan skizofrenia paranoid sebanyak 18,9% dan lainnya. Masalah keperawatan yang paling banyak dialami responden yaitu resiko perilaku kekerasan, diikuti dibawahnya dengan halusinasi, resiko bunuh diri, isolasi sosial, deficit perawatan diri dan terakhir waham.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah laki-laki. Menurut Saddock tahun 2015 kejadian skizofrenia pada pria 1,4% lebih besar daripada wanita. Kejadian skizofrenia dialami oleh sekitar 1-2% total penduduk selama periode hidup mereka (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Sebuah penelitian pada tahun 2021

menyatakan bahwa laki-laki lebih tinggi mengalami gangguan kognitif akibat gangguan jiwa sebesar 68,4%. Laki-laki lebih beresiko 2,48% mengalami gangguan jiwa karena laki-laki lebih banyak tidak menerima situasi kehidupan dibanding perempuan (Jovita et al., 2021). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa gangguan jiwa berat lebih banyak dialami oleh laki-laki dibandingkan perempuan. Laki-laki mengalami skizofrenia dengan resiko 2,37 kali lebih besar dibandingkan perempuan (Zahnia & Wulan Sumekar, 2016). Berbeda halnya dengan penelitian ini yang menunjukkan jumlah generasi Z yang mengalami gangguan jiwa didominasi oleh laki-laki, sumber lainnya menyatakan bahwa perempuan lebih beresiko menderita stress psikologi dan lebih rentan mengalami trauma (Sadock BJ, 2015). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa gender responden generasi Z yang mengalami masalah mental pada etnis Mataraman di Jawa Timur didominasi oleh perempuan, yakni 61,9% (Ika Sukmawati, Ahmad Guntur Alfianto, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pendidikan mayoritas responden yaitu SMA. Hal tersebut serupa dengan penelitian lainnya yang menyatakan usia generasi Z yang mengalami gangguan jiwa umumnya adalah pada usia pelajar dan telah menyelesaikan pendidikan di tingkat sekolah atas (Savira & Neshia, 2021). Penelitian lain menyebutkan bahwa sebagian besar generasi Z yang mengalami masalah mental merupakan mereka pelajar yang menduduki pendidikan di tingkat menengah. Pelajar tersebut mayoritas berada pada kategori kesehatan mental abnormal sebanyak 78 orang (36,1%)(Malfasari et al., 2020). Remaja berada dalam tahap perkembangan ke lima antara identitas diri dan kebingungan peran. Tantangan signifikan muncul bagi remaja karena mereka menghadapi konflik antara pengembangan identitas pribadi mereka dan mengejar peran yang sesuai dalam masyarakat (Suharto et al., 2018). Responden yang mengalami gangguan jiwa mayoritas tidak bekerja. Hal tersebut juga disebabkan karena sebagian besar responden merupakan generasi Z yang berada dalam usia pelajar. Penelitian lain menyebutkan bahwa 85,3% orang gangguan jiwa tidak bekerja. Gangguan jiwa berat seperti skizofrenia dapat terjadi 6,2 kali lebih besar risikonya pada orang yang tidak bekerja (Zahnia & Wulan Sumekar, 2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden generasi Z yang dirawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo memiliki gangguan jiwa skizofrenia. Terdapat berbagai jenis gangguan jiwa skizofrenia yang diidentifikasi dalam penelitian ini. Skizofrenia tak terinci ditemukan pada 46 orang atau sebesar 36,2% dari responden. Skizofrenia paranoid dialami oleh 24 orang atau sekitar 18,9%. Sebanyak 17 orang responden mengalami depresi, mencakup sekitar 13,4% dari sampel. Selanjutnya, 13 orang responden mengalami skizoafektif (10,2%) (Zahnia & Wulan Sumekar, 2016), orang mengalami skizofrenia katatonik (sekitar 8,7 %), 6 orang didiagnosis dengan skizofrenia hebefrenik (sekitar 4,7 %), dan masing masing 5 orang (3,9%) mengalami gangguan mental organik dan bipolar (Rekam Medis RSJD Dr. Amino Gondohutomo, 2023).

Prevalensi gangguan jiwa di Indonesia mencapai 0,3-1%, biasanya muncul pada usia 18-45 tahun, dan bahkan pada usia 11-12 tahun terjadi kasus skizofrenia. Diperkirakan lebih dari 2 juta jiwa mengalami gangguan jiwa di Indonesia, dengan lebih dari 90% pasien menderita skizofrenia (N., Palupi, D. N., Ririanty, M., Nafikadini, I., 2021). Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan Wulandari & Harjanti tahun 2020 yang menyebutkan mayoritas pasien gangguan jiwa terdiagnosa dengan skizofrenia tak terinci yaitu 46% atau sebanyak 212 orang. Mayoritas masalah keperawatan yang banyak dialami oleh generasi Z pada penelitian ini yaitu resiko perilaku kekerasan sebanyak 47,1%. Perilaku kekerasan pada dasarnya merupakan masalah yang kerap dijumpai dalam perkembangan mental emosional remaja. Perilaku kekerasan ini dihubungkan dengan masalah perilaku seperti depresi, kecemasan, percobaan bunuh diri, isolasi sosial dan perilaku agresif pada orang lain dan lingkungan.

Masalah keperawatan kedua sebanyak 28,3 % mengalami halusinasi, sebagian lainnya mengalami resiko bunuh diri, defisit perawatan diri dan waham. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa ODGJ paling banyak terdiagnosis halusinasi, dengan 39,5% responden mengalami halusinasi pendengaran dan 25,6% responden mengalami halusinasi penglihatan (Ernia et al., 2020).

Skizofrenia pada anak dan remaja dapat menimbulkan berbagai masalah perilaku dan gejala seperti isolasi sosial, kesulitan berkonsentrasi, gangguan tingkah laku, gangguan memori, afek datar, dan halusinasi (Situmeang, E., & Setiawati, 2019). Generasi Z sering disebut sebagai generasi internet karena paparan intensif terhadap internet dan media sosial sejak usia dini. Mereka dikenal sebagai pengguna teknologi yang mahir, kreatif, dan peduli terhadap isu lingkungan. Generasi ini mengalami perubahan sosial, administratif, dan teknologi yang signifikan dibandingkan generasi sebelumnya. Mereka menginginkan segalanya cepat dan mudah, didorong oleh media sosial yang memberikan kecepatan dan instan (Berkup, 2014). Pandemi COVID-19 juga telah mempengaruhi kesehatan mental, terutama pada Generasi Z yang terhubung dengan informasi seputar pandemi. Kondisi ini dapat meningkatkan tingkat stres mereka (Muzni & Budiman, 2021). Meskipun Generasi Z menunjukkan keterbukaan dalam mengelola stres dan kesehatan mental mereka, penelitian juga menunjukkan peningkatan tingkat stres pada tahun 2020. Faktor-faktor seperti masalah rumah, kesehatan keluarga, dan teman dapat meningkatkan tingkat stres, terutama pada generasi dengan tingkat sosial ekonomi yang rendah (Savira & Neshia, 2021). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa 60,17% pelajar SMP-SMA mengalami gejala masalah mental emosional, termasuk perasaan kesepian, kecemasan, dan bahkan pemikiran bunuh diri (Mubasyiroh, R., Yunita, I., & Putri, 2017).

SIMPULAN

Mayoritas generasi Z yang dirawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo mengalami gangguan jiwa skizofrenia. Skizofrenia adalah kelompok gangguan psikotik dengan berbagai gejala. 35% responden mengalami skizofrenia tak terinci, 29% mengalami skizofrenia paranoid, dan yang lain mengalami depresi serta gangguan jiwa lainnya. Generasi Z cenderung mengalami resiko perilaku kekerasan lebih tinggi dibanding gejala lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Berkup, S. B. (2014). Working With Generations X And Y In Generation Z Period: Management Of Different Generations In Business Life. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. <https://doi.org/https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n19p218>
- Ernia, N., Diah, I., & Risnawati, R. (2020). Hubungan Dukungan Instrumental Keluarga Dengan Kepatuhan Kontrol Pasien Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 01(1), 1–7.
- Firamadhina, F. I. R., & Krisnani, H. (2021). Perilaku Generasi Z terhadap Penggunaan Media Sosial Tiktok: Tiktok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme. *Share : Social Work Journal*, 10(2), 199. <https://doi.org/10.24198/share.v10i2.31443>
- Grelle, K., Shrestha, N., Ximenes, M., Perrotte, J., Cordaro, M., D. (2023). The Generation Gap Revisited: Generational Differences in Mental Health, Maladaptive Coping Behaviors, and Pandemic-Related Concerns During the Initial COVID-19 Pandemic. *Journal of Adult Development*. <https://doi.org/10.1007/s10804-023-09442-x>

- Guntur, A., Rahmadanty, I.P., dan U. (2022). Mental Health Stigma Among Generation Z Students in Salafi Islamic Boarding Schools. *Journal of Health Sciences*,15(03),283-290.
- Ika Sukmawati, Ahmad Guntur Alfianto, A. D. S. (2023). Hubungan Antara Sosial Budaya dengan Perawatan Diri Kesehatan Jiwa Generasi Z: Studi Cross-Sectional pada Etnis Mataraman, Jawa Timur, Indonesia. *Keperawatan Malang Volume*, 8(1), 269–282.
- Jovita, G., Ratnaningrum, D., & Gandha, M. V. (2021). Rekreasi Sebagai Pusat Rehabilitasi Gen Z. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 3(1), 967.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2021).
- Malfasari, E., Febtrina, R., Herniyanti, R., Timur, L. B., Sekaki, P., Tim, L. B., Kota, P., & Pekanbaru, K. (2020). Kondisi Mental Emosional pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241–246.
- Mubasyiroh, R., Yunita, I., & Putri, S. (2017). Determinan Gejala Mental Emosional Pelajar SMP-SMA di Indonesia Tahun 2015. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 2(45), 103–112.
- Muzni, N., & Budiman, D. A. (2021). Studi Social Judgment Perilaku Gen-Z Di Bengkulu Selama Masa Pandemi Study of Social Judgment of Gen-Z Behavior In Bengkulu During. *Jurnal Komunikasi dan Budaya, Volume 02*, 314–322.
- N., Palupi, D. N., Ririanty, M., Nafikadini, I., N. (2021). Gambaran Stress Family Caregiver Dengan Skizofrenia Di Puskesmas Sawan 1 Buleleng Tahun 2022. *Konferensi Nasional (Konas) XVI Keperawatan Kesehatan Jiwa*, 01(May), 106.
- Phangadi, M. (2019). Peningkatan Pengidap Penyakit Mental pada Generasi Z 2013-2018.
- Riskesdas. (2020). Laporan Nasional RISKESDAS 2020.
- Sadock BJ, S. V. (2015). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences / Clinical Psychiatry* (Lippincott Williams & Wilkins, Eds.; 11th ed.). A Wolter Kluwer Company.
- Savira, R. (2021). A Survey on Problems Caused by Psychological Factors Among Gen Z. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*,2(2).
- Savira, R., & Neshia, P. (2021). A Survey on Problems Caused by Psychological Factors Among Gen Z. *Jurnal Dakwah Dan Ilmu Komunikasi*, 2(2).
- Situmeang, E., & Setiawati, Y. (2019). Early Onset Schizophrenia (Fokus Pada Deteksi Dini dan Diagnosis). *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 5(1), 48–59.
- Suharto, M. P., Mulyana, N., & Nurwati, N. (2018). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Psikososial Anak Tki Di Kabupaten Indramayu. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 1(2), 135. <https://doi.org/10.24198/focus.v1i2.18278>
- Wulandari, L., & Harjanti. (2020). Analisis Angka Kejadian Readmission Kasus Skizofrenia. 169–173. <https://jmiki.apfirmik.or.id/jmiki/article/view/203>.
- Zahnia, S., & Wulan Sumekar, D. (2016). Kajian Epidemiologis Skizofrenia. *Majority*, 5(5), 160–166.