FUTURE SCIENCE

Editor: Triyana Harlia Putri, S.Kep., NS., M.Kep.

TREN DAN ISU MASALAH KESEHATAN JIWA PADA REMAJA



Triyana Harlia Putri, Elvia Malbeni, Debby Sinthania, Nuram Mubina,
Yunita Astriani Hardayati, Fepyani Thresna Feoh, Citra Hati Leometa,
Berthy Sri Utami Adiningsih, Wina Lova Riza, Faisal Kholid Fahdi,
Maryati Agustina Barimbing, Maria Frani Ayu Andari Dias,
Farinka Nurrahmah Azizah, Yurika Fauzia Wardhani

INFORMASI SELENGKAPNYA

Silahkan order dan hubungi kami:

Website Future Science:

https://book.futuresciencepress.com

Whatsapp:

+62 852-9761-9179

TREN DAN ISU MASALAH KESEHATAN JIWA PADA REMAJA

Penulis:

Triyana Harlia Putri
Elvia Malbeni
Debby Sinthania
Nuram Mubina
Yunita Astriani Hardayati
Fepyani Thresna Feoh
Citra Hati Leometa
Berthy Sri Utami Adiningsih
Wina Lova Riza
Faisal Kholid Fahdi
Maryati Agustina Barimbing
Maria Frani Ayu Andari Dias
Farinka Nurrahmah Azizah
Yurika Fauzia Wardhani

Editor: **Triyana Harlia Putri, S.Kep., NS., M.Kep.**

Desain Cover: **Nur Indah Ratnasari, S.Si.**

Tata Letak: **Samuel, S.Kom.**

Halaman: **A5 Unesco (15,5 x 23 cm)**

Ukuran: **xii, 219**

ISBN: **978-623-8533-36-7 (PDF)**
ISBN: **978-623-8533-37-4**

Terbit Pada: **Maret 2024**

Hak Cipta 2024, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2024 by Future Science Publisher
All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT FUTURE SCIENCE
(CV. FUTURE SCIENCE)
Anggota IKAPI (348/JTI/2022)
Jl. Terusan Surabaya Gang 1 A No. 71 RT 002 RW 005, Kel. Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Provinsi Jawa Timur.
www.futuresciencepress.com

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR v
DAFTAR ISI vi
BAB 1 KONSEP DASAR KESEHATAN JIWA REMAJA 1
PENDAHULUAN 1
REMAJA DAN KARAKTERISTIK 1
PRINSIP KESEHATAN PADA REMAJA 5
KESEHATAN JIWA REMAJA 7
MASALAH KESEHATAN JIWA REMAJA 8
BAB 2 STRESS PADA REMAJA 11
PENDAHULUAN 11
PENGERTIAN STRES PADA REMAJA 12
JENIS STRES 13
FAKTOR PEMICU STRESS 14
TANDA DAN GEJALA STRES 15
TEKNIK MANAJEMEN STRES 16
PERAN ORANG TUA DALAM MEMBANTU REMAJA MENGHADAPI STRES 17
KESIMPULAN 19
BAB 3 ANSIETAS PADA REMAJA 21
PENDAHULUAN 21
PENGERTIAN KECEMASAN 22
MEKANISME PERTAHANAN KECEMASAN 22
JENIS KONDISI KECEMASAN PADA REMAJA 23

TANDA DAN GEJALA KECEMASAN PADA REMAJA 24
CARA PRA-REMAJA DAN REMAJA MENGELOLA PERASAAN CEMAS 25
CARA MEMBANTU ANAK PRA-REMAJA DAN REMAJA MERASA AMAN DAN TERLINDUNGI 26
CARA MENDORONG PRA-REMAJA DAN REMAJA UNTUK MEMBUAT PILIHAN YANG SEHAT 27
PENGOBATAN PALING EFEKTIF UNTUK KECEMASAN PADA REMAJA 28
KESIMPULAN 29
BAB 4 DEPRESI PADA REMAJA 31
PENDAHULUAN 31
MENGENAL DEPRESI SECARA UMUM 33
FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP DEPRESI PADA REMAJA 35
PENEGAKAN DIAGNOSIS DEPRESI PADA REMAJA 39
PENANGANAN DEPRESI PADA REMAJA 41
PSIKOTERAPI UNTUK DEPRESI PADA REMAJA 42
KESIMPULAN 44
BAB 5 KECANDUAN DIGITAL PADA REMAJA 47
PENDAHULUAN 47
PENGERTIAN 48
PENYEBAB 49
GEJALA 52
DAMPAK 53
PENCEGAHAN 56

PERAN TENAGA KESEHATAN 57
KESIMPULAN 57
BAB 6 KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA 61
PENDAHULUAN 61
BAB 7 NON-SUICIDAL SELF INJURY PADA REMAJA 71
PENDAHULUAN 71
DEFINISI NON-SUICIDAL SELF INJURY (NSSI) 75
FUNGSI DARI NON-SUICIDAL SELF-INJURY (NSSI) BAGI PELAKU 79
REMAJA DAN NON-SUICIDAL SELF INJURY (NSSI) 83
KESIMPULAN 87
BAB 8 PERJUDIAN REMAJA 93
JUDI PATOLOGIS 93
PERJUDIAN PADA AGREGAT ANAK-REMAJA 95
TAHAPAN DAN GEJALA JUDI PATOLOGIS 102
PENATALAKSANAAN 106
SEJARAH DAN KEBIJAKAN JUDI DARI MASA KE MASA 108
BAB 9 NOMOPHOBIA 121
PENDAHULUAN 121
APA ITU NOMOPHOBIA? 122
GEJALA NOMOPHOBIA 123
PENGUKURAN NOMOPHOBIA 125
DAMPAK NOMOPHOBIA TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA 126
COPING STRES YANG MALADAPTIF 126

KECEMASAN, ADIKSI SMARTPHONE, DAN INSOMNIA 128
PENYEBAB NOMOPHOBIA PADA REMAJA 129
METAKOGNISI DAN ALEXITHYMIA 130
KESEPIAN, KECEMASAN, DAN DEPRESI, SERTA GANGGUAN MENTAL LAINNYA 131
PENANGANAN NOMOPHOBIA 133
KESIMPULAN 134
BAB 10 PUTUS OBAT PADA REMAJA 139
PUTUS OBAT 139
TANDA DAN GEJALA PUTUS OBAT 141
PEMICU DAN GEJALA PUTUS OBAT 141
PENANGANAN REMAJA PUTUS OBAT 142
PENCEGAHAN PUTUS OBAT 143
BAB 11 PERUNDUNGAN PADA REMAJA 145
PENDAHULUAN 145
PENGERTIAN BULLYING 147
FAKTOR PENYEBAB BULLYING 148
CIRI–CIRI KORBAN DAN PELAKU BULLYING 149
TIPE BULLYING 149
DAMPAK BULLYING BAGI KORBAN, PELAKU DAN SAKSI 151
UPAYA PENCEGAHAN BULLYING BAGI REMAJA 152
KEBIJAKAN PERLINDUNGAN ANAK 155
SANKSI TERHADAP TINDAKAN BULLYING 156
KESIMPULAN 157

BAB 12 LGBTQ+ PADA REMAJA 159
PENDAHULUAN 159
SEPUTAR LGBTQ+ 160
TANTANGAN PEMBERIAN PERAWATAN PADA LGBTQ+ 161
KESADARAN SENSITIVITAS 167
PENDEKATAN HOLISTIK DALAM PENANGANAN PADA REMAJA LGBT+ 168
KONSELING DAN DUKUNGAN PSIKOSOSIAL BAGI REMAJA LGBTQ+ 169
PENDIDIKAN DAN PENCEGAHAN UNTUK KESEHATAN SEKSUAL DAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DENGAN LGBTQ+ 171
DUKUNGAN UNTUK REMAJA DENGAN LGBTQ+ . 172
TANTANGAN CARA-CARA UNTUK MENINGKATKAN AKSESIBILITAS SERTA PELAYANAN YANG INKLUSIF BAGI REMAJA LGBTQ+ 174
KESIMPULAN 180
BAB 13 GANGGUAN MAKAN PADA REMAJA 185
PENDAHULUAN 185
MACAM-MACAM GANGGUAN MAKAN (EATING DISORDER) PADA REMAJA 187
PENGOBATAN PENYITAS GANGGUAN MAKAN ... 192
KESIMPULAN 194
BAB 14 MEMAHAMI FENOMENA BUNUH DIRI PADA REMAJA 199
PENDAHULUAN 199

FAKTOR RESIKO BUNUH DIRI PADA REMAJA..... 200
TANDA – TANDA PERINGATAN BUNUH DIRI..... 204
PENCEGAHAN BUNUH DIRI PADA REMAJA 206
PENCEGAHAN BUNUH DIRI PADA REMAJA 208
KESIMPULAN..... 209

BAB 1
KONSEP DASAR KESEHATAN JIWA REMAJA

Triyana Harlia Putri
Universitas Tanjungpura
E-mail: Triyana.harliaputri@ners.untan.ac.id

PENDAHULUAN

Periode remaja menjadi periode emas dalam mencapai puncaknya perkembangan dalam siklus kehidupan, dimana remaja secara aktif mengevaluasi dan menyusun tujuan hidupnya (Wang et al., 2023). Permulaan pubertas dianggap sebagai penanda utama dimulainya masa remaja, yang mana perubahan yang terjadi di masa awal pubertas hingga peralihan menuju masa dewasa yang ditandai dengan pernikahan, menjadi orang tua, selesainya pendidikan formal.pendidikan, kemandirian finansial dari orang tua, atau kombinasi dari semuanya (*Handbook of Adolescent Development Research and Its Impact on Global Policy*, n.d.). Semua perkembangan serta perubahan yang terjadi baik fisik, psikologis, dan budaya remaja bisa muncul pada waktu yang berbeda dalam kehidupan remaja, sehingga mengalami fase ketidaktahuan dan kebingungan. Meskipun demikian, pada hakikahtnya periode ini, menjadi tolak ukur dalam keberhasilan di masa depan.

REMAJA DAN KARAKTERISTIK

Masa remaja merupakan masa timbulnya perilaku dan kondisi yang tidak hanya berdampak pada kesehatan pada saat itu, namun juga berujung pada gangguan pada masa dewasa.(Schlack et al., 2021). Menurut Hurlock (1976), pengertian remaja berasal dari kata latin *"adolescere"* yang

oleh subjek sendiri. Kemudian masalah *Depression, Anxiety, and stress, gambling* atau perjudian; lalu *Substance use disorder (SUD)* atau Gangguan Penggunaan Zat merupakan suatu penyakit kronis yang ditandai dengan gangguan kesehatan, fungsi sosial, dan kontrol atas penggunaan zat. Lalu, LGBTQ+; *Bullying*; *Burnout* dalam akademik; *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI)/*Self Harm* yang mana NSSI merupakan perilaku maladaptive dan mencederai diri sendiri; Kecanduan Digital; Self-diagnosis yang mana Riset mengenai *Self-diagnosis* tidak begitu banyak sehingga isu ini masih memerlukan kajian lebih lanjut, agar individu yang terus mengalami self-diagnosis terhadap dirinya tidak berdampak pada psikologis mereka. *Fear of missing out* (FoMO) Kajian FoMO di Indonesia masih memerlukan riset lanjut untuk melihat dampaknya dari perspektif keperawatan jiwa; Gangguan makan pada remaja juga menjadi masalah yang cukup menyita perhatian.

DAFTAR PUSTAKA

Astutik, W., & Dewi, N. L. M. A. (2022). Mental Health Problems Among Adolescent Students. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *25*(2), 85–94. https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.848

Bahnan, A., & Basir. (2023). *Aku Adalah Agen Perubahan*. CV. AE Media Grafika.

Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejurusan (SMK) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, *2*(2), 68–72.

Handbook of Adolescent Development Research and Its Impact on Global Policy. (n.d.).

TREN DAN ISU MASALAH KESEHATAN JIWA PADA REMAJA

Buku ini terdiri dari 14 bab yang membahas Konsep Dasar Kesehatan Jiwa Remaja, Stress pada Remaja, Ansietas pada Remaja, Depresi pada Remaja, Kecanduan Digital pada Remaja, Kecanduan Game Online pada Remaja, Non-Suicidal Self Injury pada Remaja, Perjudian Remaja, Nomophobia, Putus Obat pada Remaja, Perundungan pada Remaja, LGBTQ+ pada Remaja, Gangguan Makan pada Remaja, serta Memahami Fenomena Bunuh Diri pada Remaja.

FUTURE SCIENCE
IKAPI No. 348/JTI/2022
Jl. Terusan Surabaya Gang 1A No. 71 RT 002 rw 005, Kel.Sumbersari
Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Provinsi Jawa Timur.
Website : www.futuresciencepress.com

ISBN 978-623-8533-37-4
ISBN 978-623-8533-36-7 (PDF)