

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Promosi kesehatan merupakan suatu proses pemberdayaan individu maupun masyarakat untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam mengendalikan faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan. Upaya ini dilakukan melalui edukasi, komunikasi, serta penciptaan lingkungan yang mendukung perilaku hidup sehat (Widiyanto & Ediyono, 2025).

Kesehatan merupakan keadaan sehat seseorang, baik secara fisik, jiwa, maupun sosial dan bukan sekadar terbebas dari penyakit untuk memungkinkannya hidup produktif, salah aspek penting dalam kesehatan adalah kesehatan mental (Marianty dksk., 2022). Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuannya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi kepada masyarakat. Kondisi kesehatan mental meliputi gangguan mental dan disabilitas psikososial serta kondisi mental lainnya (WHO, 2025). Salah satu permasalahan kesehatan mental yang umum terjadi adalah Gangguan mental atau mental health. Gangguan mental atau mental health merupakan suatu penyakit yang dapat menyebabkan perubahan pada emosi, pola pikir, dan perilaku penderitanya. Jenis-jenis gangguan mental yaitu terdiri dari depresi, gangguan kecemasan, gangguan bipolar, skizofrenia, gangguan makan, gangguan obsesif kompulsif (OCD), Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) (Kemenkes RI, 2025).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2021 hampir satu dari tujuh orang di dunia hidup dengan gangguan mental. Gangguan kecemasan dan gangguan depresi menjadi jenis gangguan mental yang paling umum. Gangguan kecemasan pada tahun 2021 diperkirakan dialami oleh sekitar 359 juta orang di dunia, termasuk sekitar 72 juta anak dan remaja (WHO, 2025). Gangguan kecemasan merupakan salah satu kondisi kesehatan mental yang ditandai dengan munculnya perasaan khawatir, takut, dan tegang secara berlebihan terhadap suatu situasi tertentu (Khairunnisa & Nastia, 2026). Permasalahan kesehatan mental di Indonesia turut menjadi perhatian dan tidak hanya dialami oleh kelompok remaja. Survei *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menunjukkan bahwa sekitar 15,5 juta remaja Indonesia mengalami gangguan

kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, termasuk gangguan kecemasan, berdasarkan data Kementerian Kesehatan, sebanyak 47,7% remaja di Indonesia mengalami gangguan kecemasan (Zahra dkk., 2024). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi depresi secara nasional mencapai 1,4%, dengan prevalensi yang lebih tinggi ditemukan pada kelompok usia 15–24 tahun serta perempuan dibandingkan laki-laki. Data tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental masih menjadi persoalan penting di Indonesia dan perlu mendapatkan perhatian melalui upaya promotif dan preventif pada berbagai kelompok usia.

Promosi kesehatan dapat dilakukan melalui penyampaian informasi menggunakan media yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik sasaran. Perkembangan teknologi mendorong pemanfaatan media digital sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan yang luas, menarik, dan interaktif (Minarsih dkk., 2025). Rumah sakit sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tidak hanya berperan dalam memberikan pelayanan kuratif dan rehabilitatif, tetapi juga memiliki peran dalam melaksanakan kegiatan promotif dan preventif melalui penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat (Karauwan dkk., 2025).

RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta telah memanfaatkan media digital, khususnya Instagram, dalam menyampaikan informasi mengenai kesehatan mental, termasuk gangguan kecemasan melalui bentuk *single post* dan *carousel*. Namun, masih terdapat peluang untuk mengembangkan media promosi kesehatan dengan bentuk dan penyajian pesan yang lebih beragam serta disesuaikan dengan karakteristik sasaran. Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak terkait di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta, gangguan kecemasan merupakan salah satu permasalahan kesehatan mental yang banyak ditemukan. Data menunjukkan terdapat 111 pasien dengan gangguan kecemasan, terdiri atas 60 perempuan dan 51 laki-laki, dengan total 311 kunjungan. Rata-rata usia pasien berada pada rentang 40–42 tahun, sehingga menunjukkan bahwa gangguan kecemasan juga ditemukan pada kelompok usia produktif. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan pengembangan media promosi kesehatan tentang gangguan kecemasan yang mampu menyampaikan informasi secara jelas, menarik, dan sesuai dengan karakteristik sasaran usia produktif. Media yang dikembangkan diharapkan dapat

membantu masyarakat mengenali gangguan kecemasan, memahami tanda dan gejalanya, serta mengetahui cara menghadapi kecemasan dan kapan perlu mencari bantuan profesional.

## **1.2. Tujuan dan manfaat**

### **1.2.1 Tujuan Umum Magang Mahasiswa**

Melaksanakan kegiatan magang di RS PKU Muhammadiyah Kota Yogyakarta sebagai sarana untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama perkuliahan, memperoleh pengalaman nyata dalam membuat media promosi kesehatan di Rumah Sakit serta Mengembangkan media promosi kesehatan tentang gangguan kecemasan menggunakan model 4D (*Define, Design, Develop, dan Disseminate*) di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

### **1.2.2 Tujuan Khusus Magang Mahasiswa**

1. Melatih mahasiswa untuk melakukan analisis kebutuhan media berdasarkan karakteristik sasaran.
2. Meningkatkan keterampilan mahasiswa dalam merancang media promosi kesehatan dengan menggunakan model 4D (*Define, Design, Develop, dan Disseminate.*)

### **1.2.3 Manfaat Magang Mahasiswa**

- a. Bagi Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta  
Hasil kegiatan magang diharapkan dapat memberikan alternatif media promosi kesehatan mengenai gangguan kecemasan yang dapat digunakan untuk mendukung kegiatan edukasi dan penyampaian informasi kesehatan kepada sasaran.
- b. Bagi Sasaran  
Media yang dikembangkan diharapkan dapat membantu sasaran. memperoleh informasi mengenai gangguan kecemasan dengan cara yang sederhana, menarik, dan mudah dipahami, serta meningkatkan kesadaran dalam mengenali permasalahan kesehatan mental.
- c. Bagi Mahasiswa  
Kegiatan magang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan mahasiswa dalam melakukan analisis

kebutuhan, perencanaan, perancangan, pengembangan, dan penyebarluasan media promosi kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan.

d. Bagi Instuti Pendidikan

Hasil kegiatan magang dapat menjadi bahan referensi dan masukan dalam pengembangan pembelajaran di bidang promosi kesehatan, khususnya mengenai pengembangan media promosi kesehatan.

### **1.3 Lokasi dan Waktu**

Kegiatan magang media promosi kesehatan di mulai pada tanggal 10 Agustus sampai dengan tanggal 12 September 2026 yang berlokasi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Jl. KH. Ahmad Dahlan No.20, Ngupasan, Kec. Gondomanan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55122.

### **1.4 Metode Pelaksanaan**

Metode pelaksanaan dalam magang media program promosi kesehatan dilakukan dengan observasi, wawancara, dokumentasi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta.