

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Depresi merupakan masalah utama kesehatan jiwa saat ini. Masalah depresi merupakan hal penting, karena orang yang mengalami depresi cenderung memiliki produktivitas yang menurun dan akan berdampak buruk bagi lingkungan disekitarnya. Setiap individu yang mengalami depresi memiliki dampak yang berbeda-beda seperti penurunan status kesehatan, berkurangnya motivasi, ketidakstabilan emosi, dan kemampuan kognitif yang tidak dapat berfungsi secara efektif (Maulida, 2012).

World Health Organization (WHO) memperkirakan depresi akan menjadikan penyakit dengan beban global kedua terbesar di dunia setelah penyakit jantung iskemik pada tahun 2020. Prevalensi depresi yang terjadi di dunia diperkirakan 5-10% per tahun dan *life time prevalence* dapat mencapai dua kali lipat. Berdasarkan data terakhir dari WHO, lebih dari 300 juta orang saat ini hidup dengan depresi dan meningkat 18% antara 2005 hingga 2015. Prevalensi kejadian depresi merupakan masalah kesehatan dengan urutan ke-4 terbesar di dunia yang juga mengakibatkan beban sosial (Kumparan. Com, 2019)

Penelitian Michael, Huelsman, Gerard, Gilligan dan Gustafon (2006) menunjukkan 43,4% dari 128 mahasiswa pernah mengalami episode depresif. Pada 2009, American Collage Health Association-National Collage Health Assesment (ACHA-NCHA) menemukan bahwa 30% mahasiswa dilaporkan merasa depresi dan sulit melakukan aktifitas (National Institute of Mental Health,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2010). Menurut survei yang dilakukan oleh *Associated Press-mtvu*, 4 dari 10 orang mahasiswa di Amerika mengalami depresi. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh *National Collage Health Assesment* tahun 2012, sebanyak 33% mahasiswa mengalami depresi selama kurang lebih setahun belakangan (Binar, 2016). Data laporan dari Rumah Sakit Hasan Sadikin, Bandung menyatakan bahwa dalam seminggu, ada 3 sampai 4 mahasiswa yang mengeluhkan depresi dan memiliki ide bunuh diri (kumaran.com, 2019). Susilowati dan Hasanat (2011) juga mengatakan rata-rata mahasiswa semester awal sampai dengan semester akhir mengalami masalah, sehingga mengakibatkan kondisi stres dan dapat berubah menjadi depresi.

Menurut Beck (dalam Davidson, Neale & Kring, 2006) depresi adalah suatu kumpulan pemikiran dari pandangan dan sikap yang negative. Remaja depresi mengembangkan skema negative melalui kehilangan orang tua, penolakan sosial teman sebaya dan kritikan guru. Penelitian yang dilakukan oleh Furr, Westefeld, McConell dan Jenkins (dalam Michael dkk, 2016) menyebutkan bahwa masalah akademik, masalah ekonomi, kesendirian dan kesulitan membangun hubungan dapat menyebabkan depresi pada mahasiswa. Hal ini sejalan dengan paparan National Institute of Mental Health (2010) yang menyatakan beberapa alasan terjadinya depresi pada mahasiswa diantaranya tinggal jauh dari keluarga untuk pertama kali, kehilangan keluarga atau teman, merasa kesepian, terjadi konflik dalam hubungan, menghadapi tugas kuliah yang sulit dan tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Mahasiswa dituntut untuk mengatasi semua masalah dan konflik yang dialami serta melakukan penyesuaian terhadap lingkungan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulida (2012) juga menyatakan bahwa prevalensi depresi yang terjadi pada mahasiswa Universitas Indonesia lebih tinggi dibandingkan populasi pada umumnya. Setiap fakultas dengan disiplin ilmu memiliki beban yang tersendiri, salah satunya adalah Fakultas Psikologi yang memiliki tuntutan dan tekanan yang besar. Tuntutan dan tekanan yang ada dikarenakan banyaknya kompetensi yang harus dipenuhi seperti harus menempuh perkuliahan dengan proses pembelajaran yang padat.

Menurut pandangan kognitif, reaksi emosi muncul ketika individu menghadapi situasi tertentu. Sebenarnya, depresi merupakan gejala yang wajar sebagai respon normal terhadap pengalaman hidup negatif, seperti kehilangan anggota keluarga, benda berharga atau status sosial. Gejala-gejala depresi normal, seperti perasaan-perasaan tidak bersemangat, sedih, merasa tanpa harapan dan lain-lain biasanya tidak berlangsung lama. Ketika seorang individu berhasil mengatasi gejala-gejala tersebut, suatu cara pandang baru yang lebih dewasa akan muncul.

Depresi menjadi *maladaptif* dan *abnormal* bila hadir dalam intensitas yang tinggi dan menetap (Adimoto & Retnowati, 2004). Jiwo (2012) mengatakan depresi sering juga disebut sebagai depresi berat atau *major depression*. Dalam kasus depresi mayor, individu akan mengalami kesedihan yang mendalam, kehilangan gairah terhadap hal-hal yang menyenangkan atau yang dulu di minati. Selain itu, terkait dengan aspek kognitif depresi, individu depresif memusatkan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

perhatian secara selektif pada kemungkinan-kemungkinan dan aspek-aspek buruk dalam hidup dan lingkungan. Hal ini kemudian mendorong individu depresi mengembangkan cara berpikir yang depresif, seperti memandang diri secara inferior, pesimis terhadap masa depan, merasa bersalah berlebihan, dan pola-pola perilaku yang menghukum.

Berdasarkan DSM-IV-TR gejala-gejala depresi klinis meliputi *mood* sedih, tertekan hampir sepanjang hari, sulit tidur (*insomnia*), perubahan kadar aktivitas, nafsu makan berkurang atau bertambah, kehilangan energi, konsep diri negatif, sulit berkonsentrasi dan berpikir untuk bunuh diri (Davidson dkk, 2006). Martin dan Dahlen (2005) dalam penelitiannya menemukan bahwa pemikiran-pemikiran negatif dapat memunculkan reaksi emosi yang negatif pada diri seseorang. Pemikiran-pemikiran tersebut adalah menyalahkan diri sendiri, menyalahkan orang lain dan lingkungan. Ketiga pemikiran negatif tersebut menurunkan penilaian positif dan penerimaan akan situasi yang dihadapi. Selain itu, pemikiran-pemikiran negatif tersebut berhubungan dengan depresi.

Salah satu faktor demografi yang mempengaruhi seseorang mengalami depresi adalah jenis kelamin. Steinberg (2002) menyatakan bahwa pada saat awal masa pubertas sampai dewasa akhir, perempuan lebih dimungkinkan untuk menderita depresi klinis dari pada laki-laki. Hal ini disebabkan adanya pengaruh perubahan genetik pada masa puber, serta adanya aturan di lingkungan masyarakat yang menyebabkan terjadinya konflik sehingga menimbulkan ketidakberdayaan, kecemasan serta depresi.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan penelitian Darmayanti (2011) terdapat perbedaan tingkat depresi antara perempuan dan laki-laki. Perempuan lebih menunjukkan tingkat depresi yang tinggi dibandingkan laki-laki. Depresi pada laki-laki maupun perempuan dapat terjadi karena berbagai penyebab antara lain pengaruh media sosial, fisik, akademik keluarga dan *bullying*. Depresi merupakan gangguan mood yang tidak hanya mempengaruhi cara berfikir, tapi juga mempengaruhi perilaku serta fungsi otak.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya penelitian yang dilakukan oleh Andina dan Nuralita (2018) menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan memiliki simtom depresi yang lebih ringan dibandingkan laki-laki. Menurut Jie-Yu Chuang (dalam Safitri, 2017) tingkat keparahan depresi laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan. Hal ini dikarenakan laki-laki lebih cenderung menderita terus menerus (*dysthymia*), sedangkan perempuan cenderung lebih episodik atau muncul sewaktu-waktu. *Dysthymia* atau *persistent depressive disorder* adalah gangguan *mood* yang berlangsung secara terus menerus hampir setiap hari, sedangkan depresi episodik hanya terjadi pada waktu-waktu tertentu.

Depresi memberikan pengaruh atau dampak yang negatif pada laki-laki dan perempuan, begitupun dalam cara penanganannya. Adapun dampak negatif depresi yang ditimbulkan pada perempuan seperti mudah emosi atau sulit mengontrol diri, melampiaskan depresi pada hal-hal yang negatif bahkan sampai bunuh diri, sedangkan dampak depresi pada laki-laki tidak jauh berbeda dengan perempuan akan tetapi laki-laki lebih bisa menyembunyikan depresinya dari sepengetahuan orang lain.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Steinberg (2002) juga menyatakan bahwa perempuan memiliki hormon yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, sehingga hal ini menyebabkan perempuan lebih mudah berinteraksi dan memiliki ketertarikan dalam hubungan interpersonal. Tingginya intensitas untuk berhubungan dengan orang lain, membuat perempuan lebih bergantung pada orang lain yang dianggap dapat memberikan dukungan sosial. Akibatnya, perempuan lebih peka terhadap penolakan orang lain, mudah merasa tidak puas dengan hubungan interpersonal, sehingga kondisi ini diyakini sebagai risiko munculnya simtom depresi.

Berdasarkan hasil terhadap berbagai penelitian mengenai pengaruh jenis kelamin terhadap depresi yang dialami oleh mahasiswa, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian perbedaan kecenderungan tingkat depresi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan kecenderungan tingkat depresi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa ?”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan kecenderungan tingkat depresi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiwa.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai perbedaan kecenderungan tingkat depresi berdasarkan jenis kelamin telah diteliti oleh peneliti sebelumnya. Beberapa penelitian terkait

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan depresi berdasarkan jenis kelamin antara lain penelitian Cynthia dan Zulkaida (2009) menunjukkan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 secara umum adalah kategori depresi minimal dan tidak ada perbedaan signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Penelitian Maulida (2012) yang berjudul Gambaran Tingkat Depresi pada Mahasiswa Program Sarjana yang Melakukan Konseling di Badan Konseling Mahasiswa Universitas Indonesia. Hasil penelitian menemukan bahwa 15,6% mahasiswa mengalami depresi minimal, 21,9% mahasiswa mengalami depresi ringan, 46,9% mahasiswa mengalami depresi sedang dan 15,6% mahasiswa mengalami depresi berat. Penelitian Darmayanti (2011) yang berjudul Gender dan Depresi pada Remaja menunjukkan bahwa ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam tingkat depresi. Perempuan menunjukkan depresi lebih tinggi dibanding laki-laki. Terdapat 41,9% *sampling errors* yang menyebabkan kelemahan penelitian ini. Penelitian Thurai dan Westa (2017) yang berjudul Tingkat Depresi dalam Kalangan Mahasiswa Kedokteran Semester VII Universitas Udayana dan Keterlibatan Mereka dalam Kegiatan Fisik menunjukkan bahwa dari 132 responden, mereka yang tidak depresi 102 siswa, depresi ringan adalah 19 siswa dan depresi sedang 11 siswa.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu di atas, terdapat perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, diantaranya adalah perbedaan subjek penelitian. Selain perbedaan terdapat juga persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu, diantaranya adalah penggunaan variabel depresi dan jenis kelamin serta penggunaan mahasiswa sebagai subjek penelitian.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan menambah wawasan dan informasi yang lebih luas dalam bidang praktisi psikologi, khususnya psikologi klinis, psikologi kesehatan, dan psikologi perkembangan mengenai perbedaan depresi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengenai depresi pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa psikologi mengenai perbedaan depresi berdasarkan jenis kelamin.

b. Pihak Universitas

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta memberikan informasi mengenai perbedaan depresi berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa sehingga dapat menjadi masukan untuk melakukan promosi kesehatan sebagai upaya mencegah dan mengatasi depresi pada mahasiswa.