

Membedakan Tingkat Depresi Siswa Smp 15 Mataram Berdasarkan Jenis Kelamin

Deni Ardiawan
Universitas Muhammadiyah Malang

ABSTRAK: Depresi adalah gangguan jiwa yang paling lazim dijumpai di masyarakat. Prevalensinya cukup tinggi, berkisar 5-10 persen, perempuan beresiko dua kali lebih banyak dibanding pria. Pada kelompok usia remaja dan usia lanjut juga lebih rentan menderita depresi. Umumnya penyakit ini disebabkan oleh beban hidup yang terlalu berat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang tingkat depresi siswa laki-laki dan perempuan. Subyek dalam penelitian adalah peserta didik kelas IX dan X di SMPN 15 Mataram, berjumlah 50 siswa terdiri dari 25 laki-laki dan 25 perempuan. Untuk mengukur Depresi anak digunakan "Children Depression Inventory (CDI)" yang di desain secara sederhana, dengan tingkat reliabilitas 0,80, CDI hanya berisi 4 pertanyaan per item. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji-t tidak berpasangan. pada varian data kelompok sama diperoleh signifikansi = 0,008, karena nilai $p < 0,05$ maka terdapat perbedaan rerata skor Depresi antara siswa laki-laki dan siswa perempuan.

Kata Kunci: depresi, siswa, Jenis Kelamin

Pendahuluan

Masa remaja awal merupakan masa transisi, dimana usianya berkisar antara 13 sampai 16 tahun atau yang biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana terjadi juga perubahan pada diri baik secara fisik, psikis, maupun secara sosial (Hurlock, 1987). Pada masa transisi tersebut, remaja cenderung melepaskan ikatan dari orang tua dan beralih pada teman sebaya untuk bersosialisasi. Hal ini sejalan dengan pernyataan Haryani, S., Florensa., Sandra, D. M. (2014) yang mengemukakan bahwa persahabatan pada remaja sangat penting bagi kehidupan sosial mereka dan dukungan teman sebaya merupakan faktor penting yang berkontribusi pada kepuasan dalam hidup mereka, dan kegagalan dalam memperoleh dukungan teman sebaya dan juga dukungan keluarga merupakan faktor utama yang menyebabkan perasaan tidak berharga, perasaan tidak berdaya, simptom depresi dan pada akhirnya ide untuk bunuh diri pada remaja (Trilistya, S. 2006). Remaja-remaja tersebut dituntut untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya yang memiliki karakter yang berbeda sehingga ada kemungkinan remaja terpengaruh dengan teman sebayanya yang agresif dan terlibat dalam perilaku agresif sebagai cara untuk memperoleh pengakuan dari teman sebayanya. atau malah menjadi korban perilaku agresif teman sebayanya karena tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik dalam kelompoknya yang akhirnya berdampak pada fungsi psikologis yang ditandai dengan gangguan seperti depresi.

Depresi dapat juga terjadi sebagai respon terhadap berbagai situasi seperti hilangnya hubungan atau kegagalan menjalankan tugas. Banyak penelitian tentang depresi telah dilakukan pada subjek remaja dimana gejala yang digunakan mengacu pada self report emosi remaja melalui langkah-langkah yang berhubungan dengan suasana hati (Petersen, Schulenberg, Abramowitz, Offer, & Jarcho, 1984). Depresi biasanya berkaitan dengan mood dan biasanya ditandai dengan kondisi emosi yang negatif seperti rasa takut, rasa bersalah, kemarahan dan penghinaan dimana semua bentuk emosi tersebut sering muncul pada masa remaja (Santhankrishnan, 2013).

Depresi tidak akan muncul pada kondisi mood positif, perasaan bahagia, senang dan kondisi mood yang positif tidak akan membawa individu kedalam depresi sebaliknya mood yang negatif seperti perasaan yang tidak bahagia, tidak senang dan kondisi mood yang negatif akan menghantarkan individu ke tahapan depresi (Watson & Clark, 1984; Watson & Kendall, 1989). Depresi menurut definisi World Health Organization (WHO) adalah rasa sedih yang menetap lebih dari dua pekan dan mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Pada kondisi terburuk, depresi dapat memicu seseorang melakukan bunuh diri.

Populasi pada remaja di Indonesia yang mencapai 150 juta jiwa, sekitar 11,6 persen atau 17,4 juta jiwa mengalami gangguan mental emosional atau gangguan kesehatan jiwa berupa gangguan kecemasan dan depresi (Kompas.com). Jumlah penderita gangguan jiwa ringan hingga triwulan kedua tahun 2011 men-

capai 306.621 orang, naik dari 159.029 orang pada tahun 2010. Secara keseluruhan, jumlah penderita gangguan jiwa di Jakarta mencapai angka 14,1 persen dari jumlah penduduk.

Angka tersebut diperoleh dari survei kesehatan daerah tentang gangguan jiwa mental dan emosional oleh Kementerian Kesehatan. Kondisi tersebut tentu saja sangat memprihatinkan. Penderita gangguan kesehatan jiwa kurang bisa menjalani kehidupan dengan produktif dan proaktif, sebab kesehariannya cenderung banyak bermasalah dengan dirinya sendiri.

Depresi adalah gangguan jiwa yang paling lazim dijumpai di masyarakat. Prevalensinya cukup tinggi, berkisar 5-10 persen, perempuan beresiko dua kali lebih banyak dibanding pria. Pada kelompok usia remaja dan usia lanjut juga lebih rentan menderita depresi. Umumnya penyakit ini disebabkan oleh beban hidup yang terlalu berat. Di Jawa Barat penderita gangguan jiwa mengalami peningkatan jumlah yang signifikan. Di panti Yayasan Galuh misalnya, sejak tahu 2004 jumlah pasien mengalami fluktuasi hingga 260 pasien. Padahal daya tampung panti tersebut hanya 110 pasien.

Istilah depresi dalam ilmu kesehatan jiwa dipergunakan untuk menggambarkan suatu kondisi gangguan jiwa yang secara klinis tampil dalam bentuk suasana perasaan murung, kehilangan gairah hidup, lesu, putus asa, serta kehilangan rasa percaya diri, disertai berbagai keluhan fisik, seperti berat badan turun, disfungsi seksual, dan gangguan tidur.

Depresi bisa dialami oleh semua kelompok usia, mulai dari anak-anak, remaja hingga dewasa. Dari data statistik, jumlah terbesar penderita depresi adalah kelompok remaja, Karena pada masa remaja merupakan masa transisi dimana terjadi berbagai macam perubahan dalam dinamika hidupnya yang menuntut mereka untuk melakukan adaptasi terhadap realitas. Sementara, remaja masih terfokus pada pencitraan dirinya. Situasi kondisi yang penuh tuntutan, rentan bagi remaja untuk mengalami stress. Mereka cenderung mengalami tekanan dalam penyesuaian dirinya berinteraksi dengan orang lain.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang depresi remaja secara umum dan untuk mengetahui perbedaan depresi remaja pada siswa perempuan dan laki-laki SMA kelas satu (1) di SMP 15 Mataram.

Kajian Pustaka

Depresi

Gangguan depresi pada umumnya dicetuskan oleh peristiwa hidup tertentu. Bahwa setiap orang mempunyai perbedaan yang mendasar yang memungkinkan suatu peristiwa yang dihadapi secara berbeda, dapat memunculkan reaksi yang berbeda antara satu orang dengan yang lain. Depresi memiliki beberapa penyebab, yang terkuat adalah stres. Stres dapat terjadi di berbagai usia, data menunjukkan remaja adalah masa kerentanan untuk mengalami kegelisahan dan depresi, hal ini terjadi karena tuntutan atau mengalami kesulitan dalam fungsi sosial, dan kehidupan sehari-hari (Andreja, 2006; Bowker, Godbois, & Cornok, 2003; Crockcer, 2003).

Orang yang mengalami depresi mengalami gangguan mood yang bercirikan kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berfikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Pada umumnya mood yang secara dominan muncul adalah perasaan ketidak berdayaan yang berlebihan, kehilangan harapan, tidak mampu mengambil keputusan memulai suatu kegiatan, tidak mampu berkonsentrasi, tidak memiliki semangat hidup, selalu tegang dan mencoba bunuh diri (Lake & Tony, 1986; Russell, Peplau, Abrowitz, 1993; Gossens, Luykx; 2006).

Depresi dapat mengubah pemikirannya menjadi arah positif maka kehidupan akan menuju positif juga, dan dapat mencakup sepenuhnya kekuatan karakter maka kekuatan itu akan mengubah cara pandang untuk menjalani kehidupan yang lebih bermakna (Johan, Mary, Lind, Lause, & Ronald, 2006; Seligman, Rashid, & Parks, 2006; Marcoen, Goossens, 1993).

Masa Remaja

Masa remaja merupakan salah satu tahap dalam perkembangan fisik dan jiwa manusia yang umumnya berada pada rentang usia 13-18 tahun. Masa ini merupakan masa krisis identitas. Akan tetapi, masa ini pun merupakan periode "roleexperimentation" atau masa seorang individu dapat mengeksplorasi alternatif perilaku, minat, dan ideologi. Oleh karena itu, tugas perkembangan utama (the major developmental task)

pada remaja ialah membangun identitas / to create an identity untuk mencari jawaban terhadap pertanyaan tentang “siapa saya” dan “ke mana saya akan melangkah” (Atkinson, 1993).

Hal ini harus dapat dipecahkan sebelum usia 20 atau pertengahan 20-an, agar individu dapat melanjutkan tugas kehidupannya dengan baik, memiliki consistent sense of self atau standar internal untuk menilai kebermaknaan dirinya dalam bidang kehidupan utamanya sehingga tidak akan mengalami kebingungan identitas.

Metode Penelitian

Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini diambil dengan teknik sampling non probability purposive sampling, yaitu dari setiap kelas diambil Sepuluh orang siswa saja, 5 laki-laki dan 5 perempuan, Pada Kelas 1 SMP Negeri Negeri 15 Mataram terdapat 5 Kelas. Jadi total sampel adalah 50 siswa. Dengan rentang usia 11 sampai 15 tahun.

Instrumen Penelitian

Adapun Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Children Depression Inventory (CDI), CDI hanya berisi 4 pernyataan per item; maka nilai dari masing-masing dari 12 item dapat berkisar dari 1-4, dengan total skor berkisar 0-48.

Analisis Data

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji hipotesis komparatif Uji (t-test), dengan menggunakan SPSS v20. analisis ini digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan rata skor depresi antara siswa laki-laki dan siswa perempuan.

Hasil Penelitian

Dari hasil pengujian deskripsi variabel depresi siswa laki-laki diketahui nilai inimum 7, nilai maksimum 15, nilai mean 10,85 dan nilai standar deviasi 2,03. Untuk siswa perempuan diketahui nilai inimum 6, nilai maksimum 14, nilai mean 9,51 dan nilai standar deviasi 1,78.

Hasil Penelitian

Pada uji normalitas Kolmogorov – Smirnov, skor depri siswa laki-laki mempunyai nilai $p = 0,161$ sedangkan siswa perempuan $p = 0,055$. Karena nilai $p > 0,05$, dapat diambil kesimpulan bahwa distribusi skor depresi siswa laki-laki maupun siswa perempuan berdistribusi normal.

Karena syarat distribusi data normal terpenuhi maka uji hipotesis yang digunakan adalah uji t tidak berpasangan. Uji hipotesis untuk menguji varians nilai signifikansi = 0,303, karena nilai $p > 0,05$ maka varians data kedua kelompok sama. Pada varian data kelompok sama diperoleh signifikansi = 0,008, karena nilai $p < 0,05$ maka terdapat perbedaan rerata skor depresi yang bermakna antara siswa laki-laki dan depresi perempuan.

Tabel I
Perbandingan dedepresi siswa laki-laki dan perempuan

SISWA	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
LAKI-LAKI	25	10,8571	2,03150	,38392
PEREMPUAN	25	9,5152	1,78748	,31116

Kesimpulan

Dari hasil penelitian secara keseluruhan, akhirnya dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut. Secara umum menunjukkan bahwa siswa laki-laki dan siswa perempuan yang menjadi responden tidak sedang depresi dan juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara depresi siswa laki-laki dan siswa perempuan. Dan ternyata siswa perempuan memberikan hasil lebih baik dalam hal depresi jika dibandingkan dengan siswa laki-laki.

Saran

Seperti dinyatakan di atas, depresi siswa perempuan dan laki-laki positif dan menggembirakan. Namun, jika dibandingkan dengan perempuan, depresi laki-laki sedikit di bawah perempuan. Upaya yang perlu dilakukan adalah menciptakan pola pendidikan yang adil dan tidak bias gender, juga pola pendidikan yang baik di lingkungan keluarga, maupun masyarakat. Hal ini tentunya dapat dilakukan di berbagai lembaga pendidikan, baik yang muncul dari masyarakat, maupun pemerintah.

Daftar Pustaka

- Andreja. (2006). Gender Different in The Structure of Self Concept : are the Self Conception About Physical Attractiveness Really More Important For Women's Self esteem? *Journal Studia Psychologica*, 48 (1), 31-43.
- Bowker, A., Gadbois, S., Cornock, B. (2003). Sports participation and self-esteem: variations as a function of gender and gender role orientation. *Sex roles: A journal of Research*.
- Crocker, J. (2003). The contingencies of self-worth (CSW) Scale.
- Goossens, L., & Luyckx. K. (2006) Belgium In. J.J. Arnett (ed), *Routledge international encyclopedia of adolescence: Vol. 3. Europe*. New York: Routledge.
- Harlock, E. B. (1987). *Perkembangan Anak*. Jakarta. Erlangga.
- Haryani, S., Florensa., Sandra, D. M. (2014). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Pada Remaja.
- John T Cacioppo, Mary Elizabeth Hughers, Linda J, Louse C Hawkie & Ronald A Thisted (2006). Loneliness as a Specific Risk Factor for Depressive Symptoms: Cross-Sectional and Longitudinal Analyses. *Journal Psychology and Aging*. 21 (1) 140-151.
- Lake, Tony (1986). *Kesepian*. Aican.
- Marcoen, A. & Goossens. L. (1993) Loneliness. Attitude toward aloneness and solitude: Age differences and developmental significance during adolescence. In S. Jackson & H. Rodriguez-Tome (Eds). *Adoloscence and its social worlds* (pp. 197-227). Hove, UK: Erlbaum.
- Petersen, A.C., Schulenberg, J. E., Abrowitz, R. H., Offer, D. & Jarcho, H. D (1984). A self-image Questionnaire for your Adolescent (SIQYA) : Reliability and Validity Studies. *Journal of Youth and Adolescence*, 13, 93-111).
- Russell, D., Peplau, L.A. & Ferguson, M.L. (1993) Developing a Measure of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42,290-294.
- Santhankrishnan, R. (2013). Article Review on "Rational Emotive Behavior Therapy and Narrative Therapy". *Journal Helth & Behavioral Science*, 1 (1), 1-7.
- Trilistya, S. (2006). Tingkat Depresi Korban Tanah Longsor di Banjar Negara.
- Watson, D., & Kendall, P.C (1989). Common and differentiating features of anxiety and depression : current findings and future dirrection. In P.C. Kendall & D. Watson (Eds). *Anxiety and Depression. Destintive and Overlapping Featuries* (PP. 493-508) San Diego, CA: Academic Press.
- Watson, D., & Clark, L. (1984). Negative Effectivity : The Disposition to Experience Aversive Emotional States. *Psychological Bulletin*, 96. 465-490.
- Kompas. (2014, 10 Nopember). Fenomena Depresi di Dunia. Dari <http://www.Kompas.com>
- Tempo. (2014, 11 Nopember). Fenomena Depresi di Dunia. Dari <http://www.Tempo.com>