

## **Dukungan Sosial Dan Depresi: Studi Meta Analisis *Social Support And Depression: A Meta-Analytic Study***

**Siti Zuhana Sari**

Universitas Muhammadiyah Malang  
zuhana\_sari@yahoo.com

**Abstrak.** Studi ini merupakan sebuah studi meta analisis hubungan antara dukungan sosial dengan depresi. Studi meta analisis ini menggunakan 15 studi dari 11 artikel jurnal. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai estimasi korelasi populasi atau  $\bar{r} = -0.1009$  yang berada dalam daerah penerimaan interval kepercayaan 95% CI ( $-0.527 < \bar{r} < 0.325$ ) dan diperoleh nilai estimasi korelasi populasi setelah dikoreksi dengan eror pengukuran atau  $\rho = -0.116$  yang berada dalam daerah penerimaan interval kredibilitas 95% CV ( $-0.6068 < \rho < 0.3744$ ). Berdasarkan nilai korelasi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan depresi. Jadi, hipotesis studi diterima. Namun, hubungan antara dukungan sosial dengan depresi tidak selalu negatif.

Kata Kunci: meta analisis, dukungan sosial, depresi

### **Pendahuluan**

Depresi merupakan masalah psikiatrik yang paling banyak dialami oleh remaja yang berhubungan dengan kerusakan fungsional, perilaku bunuh diri, dan gangguan psikiatrik lainnya seperti kegagalan akademik, pengangguran, penyalahgunaan obat-obatan, serta masalah-masalah lainnya (Stice, Ragan, & Randall, 2004).

Studi di Cina menyebutkan lebih dari 20% remaja-remaja Cina mempunyai gejala-gejala depresi. Depresi ini disebabkan oleh adanya hubungan yang bermasalah dengan keluarga, teman-teman, atau pasangan. Di sini terlihat, bahwa hubungan sosial itu berpengaruh terhadap depresi seseorang. Serta dapat disimpulkan bahwa rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan resiko depresi (Cheng, 1997).

Riset Kesehatan Dasar (2007) menyebutkan prevalensi nasional penderita gangguan mental emosional (cemas dan depresi) pada penduduk berusia lebih dari 15 tahun mencapai 11,6 persen (sekitar 20 juta orang). Selain itu, berdasarkan data *World Health Report* (2001) menyebutkan depresi sebagai penyakit keempat penyebab hilangnya waktu produktif (*disability adjusted life years*) tertinggi pada 2000. Diperkirakan depresi naik ke peringkat kedua penyebab hilangnya waktu produktif pada 2020 setelah penyakit jantung iskemik (arteri koroner) (Kompas.com, diakses pada 29 November 2014).

Depresi dapat dicegah atau ditanggulangi, salah satunya dengan adanya dukungan sosial. Dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang dibutuhkan oleh individu dan bisa didapatkan dari berbagai sumber seperti keluarga, teman, dokter atau profesional dan organisasi kemasyarakatan. Dukungan sosial juga didefinisikan sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan (Saputri & Indrawati, 2013).

### **Tinjauan Pustaka**

Dukungan sosial didefinisikan sebagai dukungan yang terdiri atas enam kategori: kelekatan, integrasi sosial, kesempatan untuk membantu, pengakuan yang positif, ketergantungan yang dapat diandalkan, dan memperoleh informasi dan bimbingan dalam keadaan stres dan depresi (Weiss, 1974 dalam Mahon, dkk., 2004: 217). Lafreniere, dkk. (1997, dalam Coutts, dkk., 2005: 200), efek dari dukungan sosial itu penting dalam membantu mengurangi efek negatif dari keadaan stres dan depresi. Dukungan sosial merujuk pada sumber daya yang kita dapatkan dari orang lain. Dukungan sosial juga dapat mempengaruhi komponen model transaksi dari stres dan *coping* (Lazarus & Folkman, 1984, dalam Coutts, dkk., 2005: 201). Jika seseorang memiliki integrasi sosial dan dapat menggunakan dukungan sosial dengan efektif dari orang lain, mereka akan menemui lebih sedikit penyebab stres dan depresi. Ketika seseorang menemui keadaan yang penuh dengan stres dan depresi, kehadiran orang lain yang menyediakan dukungan secara efektif dapat mengurangi kemungkinan seseorang akan mengalami stres dan depresi.

Dukungan sosial merupakan semua bentuk dukungan spiritual dan finansial yang diterima seorang individu dari individu lain yang berada disekitarnya terutama bagi individu yang mempunyai hubungan dekat. Kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan gejala-gejala depresi selama masa remaja. Fungsi dari dukungan

sosial adalah untuk mengurangi perasaan tidak berdaya dan meningkatkan harga diri, yang mana akan mengurangi stres dan depresi.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka hipotesis dalam studi ini adalah ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan depresi melalui studi meta analisis.

### **Meta Analisis**

Meta analisis merupakan studi dengan cara menganalisis data yang berasal dari beberapa studi primer. Hasil analisis dipakai sebagai dasar untuk menerima atau menolak hipotesis yang diajukan oleh peneliti (Sugiyanto, 2004). Dengan kata lain, studi meta analisis adalah suatu teknik untuk menganalisis beberapa hasil studi yang diolah secara statistik.

### **Metode Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan dengan mencari literatur berupa artikel jurnal dengan kata kunci *social support* (dukungan sosial) dan *depression* (depresi) melalui [www.google.com](http://www.google.com) dan [www.britishjournalofpsychiatric.com](http://www.britishjournalofpsychiatric.com). Dengan kata kunci tersebut diperoleh artikel jurnal sebanyak 31 artikel jurnal. Setelah dilakukan seleksi sesuai kriteria inklusi maka diperoleh 11 jurnal yang terdiri dari 11 studi survei, karena dalam beberapa jurnal terdapat lebih dari satu hasil studi seperti subjek studi yang terdiri dari laki-laki dan perempuan, dukungan sosial yang terdiri dari dukungan orang tua, keluarga, teman dan orang lain dihubungkan dengan depresi, maka meta analisis ini menggunakan 15 studi.

Adapun kriteria inklusi yang dijadikan syarat untuk dilakukan meta analisis pada studi ini adalah:

1. Studi primer yang dilakukan dengan metode survei yang meneliti tentang hubungan antara dukungan sosial dengan depresi.
2. Studi primer yang mempunyai informasi statistik dalam laporan studinya berupa nilai rerata, standart deviasi,  $r$ ,  $t$ , maupun  $F$ .

Dalam studi meta analisis ini, terdapat 15 data statistik dari 11 artikel jurnal yang terkumpul. Dalam 15 studi tersebut terdapat 11 nilai  $r$  dan 4 nilai  $F$ . Nilai  $F$  perlu dilakukan transformasi persamaan ke dalam nilai  $r$ .

Langkah-langkah dalam melakukan analisis data dengan menggunakan teknik meta analisis (Hunter & Schmidt, 2004):

1. Mentransformasikan nilai  $F$ ,  $t$ , dan  $d$  ke dalam nilai  $r$ .
2. *Bare Bone Meta Analysis* (Koreksi kesalahan sampling):
  - a. Menghitung rerata korelasi populasi
  - b. Menghitung varians  $r_{xy}$  atau  $(\sigma^2r)$
  - c. Menghitung varians kesalahan pengambilan sampel  $(\sigma^2r)$
  - d. Dampak pengambilan sampel.
3. Koreksi kesalahan pengukuran:
  - a. Menghitung rerata gabungan
  - b. Menghitung korelasi populasi yang dikoreksi oleh kesalahan pengukuran
  - c. Jumlah koefisien kuadrat variasi ( $V$ )
  - d. Varians yang mengacu variasi artifak
  - e. Varians korelasi sesungguhnya
  - f. Interval kepercayaan
  - g. Dampak variasi reliabilitas.

### **Analisis Data**

#### **1. Karakteristik Sampel dan Variabel Studi**

Sampel dalam studi meta analisis ini adalah remaja dan dewasa termasuk orang-orang yang sedang menderita penyakit kanker dan lainnya, yang mengalami depresi. Karakteristik variabel bebas meliputi berbagai bentuk dukungan sosial dan karakteristik variabel terikat adalah depresi. Secara lengkap karakteristik sampel dan variabel studi tersaji dalam tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Sampel dan Variabel Studi

Tahun	Peneliti	Variabel X	Variabel Y	Jumlah Sampel	Karakteristik Sampel
2014	Bing Han, Bo Yan, Jian Zhang, Na Zhao, Jinkai Sun, Chao Li, Xibing Lei, Hongbo Liu, and Jie Chen.	Social support	Symptoms of depression	324	Patients with Silicosis
2013	Havva Tel, Ayse Sari, Hatice Tel Aydin.	Social support	Depression	90	Cancer Patients
2013	Joana Costa, Jose Pinto Gouveia.	Social support	Depression	55 (44 female, 11 male)	Patients with RA (Arthritis Rheumatoid) in 2 years
2013	Jiuping Xu, Ying Wei.	Social support	Depression	2080	Adult Survivors of Wenchuan Earthquake.
2012	Ana Filipa Pimentel, Rosa Marina Afonso, & Henrique Pereira.	Social support	Depression	117	Old age.
2011	Jing Sun, Nicholas Buys, Xinchao Wang.	Social support	Depressive symptoms	2046	Students in Beijing, Cina.
2010	Esra Albal, Yasemin Kutlu.	Social support	Depression Coping Self-Efficacy Level	105	Patients from acute psychiatric wards.
2010	Safiye Ozkan, Yasemin Kutlu.	Social support -family support -friend support -significant other	Depressive symptoms	150 (92 female, 58 male)	Patients with Hematological Cancer
2006	Figen Elmaci.	Social support	Depression	203	Adolescents between ages 15-18 in secondary education and having both broken and unbroken families.
2004	Eric Stice, Jennifer Ragan, Patrick Randall.	Social support - Parental support - Peer support	Depression	496	Adolescents girls
1997	Cecilia Cheng.	Social support	Depression	249 (146 female, 103 male)	Chinese adolescents (Chinese students)

**2. Transformasi nilai F, t, dan d, ke dalam nilai r**

Terdapat 15 studi yang merupakan penelitian survei yang menghasilkan 11 nilai r dan 4 nilai F. Untuk itu nilai F perlu ditransformasikan terlebih dahulu ke dalam nilai r. Adapun persamaan rumus aljabar disajikan sebagai berikut:

$$t = \sqrt{F}$$

$$d = \frac{2t}{\sqrt{N}}$$

$$d = \frac{2r}{\sqrt{(1-r^2)}}$$

$$r = \frac{d}{\sqrt{(4+d^2)}} \dots\dots\dots \text{persamaan (1)}$$

Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh dari studi survei dan transformasi nilai F ke nilai r tercantum dalam tabel 2.

Tabel 2. Transformasi Nilai F ke Nilai r

No	Tahun	Peneliti	N	F	$r_{xy}$	$r_{xx}$	$r_{yy}$
1.	2014	Bing Han, Bo Yan, Jian Zhang, Na Zhao, Jinkai Sun, Chao Li, Xibing Lei, Hongbo Liu, and Jie Chen.	324	-	-0.373	-	-
2.	2013	Havva Tel, Ayse Sari, Hatice Tel Aydin.	90	-	0.313	0.91	0.95
3.	2013	Joana Costa, Jose Pinto Gouveia.	55	-	0.467	-	-
4.	2013	Jiuping Xu, Ying Wei.	2080	-	-0.328	-	-
5.	2012	Ana Filipa Pimentel, Rosa Marina Afonso, & Henrique Pereira.	117	-	-0.36	0.73	-
6.	2011	Jing Sun, Nicholas Buys, Xinchao Wang.	2046	37.32	0.13	0.87	-
7.	2010	Esra Albal, Yasemin Kutlu.	105	-	0.50	0.92	0.94
8.	2010	Safiye Ozkan, Yasemin Kutlu.	150	-	-0.22	0.80	0.85
9.	2010	Safiye Ozkan, Yasemin Kutlu.	150	-	-0.12	0.94	0.85
10.	2010	Safiye Ozkan, Yasemin Kutlu.	150	-	-0.07	0.94	0.85
11.	2006	Figen Elmaci.	203	2.857	0.12	-	-
12.	2004	Eric Stice, Jennifer Ragan, Patrick Randall.	496	-	-0.12	0.88	0.84
13.	2004	Eric Stice, Jennifer Ragan, Patrick Randall.	496	-	-0.03	0.88	0.84
14.	1997	Cecilia Cheng.	146	30.94	-0.17	0.85	0.80
15.	1997	Cecilia Cheng.	103	10.36	0.31	0.85	0.80

**3. Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel (Bare Bone Meta Analysis)**

Ada beberapa langkah untuk melakukan koreksi kesalahan pengambilan sampel seperti dikemukakan oleh Hunter & Schmidt (2004), yaitu mengikuti persamaan sebagai berikut:

**a. Rerata Korelasi Populasi**

$$\bar{r} = \frac{\sum (N_i r_i)}{\sum N_i} \dots\dots\dots \text{persamaan (2)}$$

$r_i$  hasil korelasi xy pada studi  $i$  dan  $N_i$  adalah jumlah sampel pada studi  $i$ . Langkah selanjutnya adalah merubah nilai  $r_i$  atau  $r_{xy}$  pada masing-masing studi untuk mendapatkan rerata korelasi populasi, seperti disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Korelasi Kesalahan Sampling

No. Studi	N	$R_{xy}$ atau $r_i$	$N \times r_{xy}$
1	324	-0.373	-120.852
2	2080	-0.328	-682.240
3	90	0.313	28.170
4	55	-0.467	-25.685
5	117	-0.19	-22.230
6	2046	0.13	265.980
7	105	0.5	52.500
8	150	-0.22	-33.000
9	150	-0.12	-18.000
10	150	-0.07	-10.500
11	203	-0.12	-24.360
12	496	-0.12	-59.520
13	496	-0.03	-14.880
14	146	-0.17	-24.820
15	103	0.31	31.930
Jumlah	6711	-1.125	-677.397
Jumlah Studi	15	15	15
Rata-rata	447.400	-0.075	-45.1598

Rerata korelasi populasi setelah dikoreksi dengan jumlah sampel atau  $\bar{r}$  sebesar **-0.1009**.

**b. Varians  $r_{xy}$  atau ( $\sigma^2 r$ )**

Varians  $r_{xy}$  atau ( $\sigma^2 r$ ) dihitung dengan menggunakan persamaan sebagai berikut:

$$\sigma^2 r = \frac{\sum (N_i (r_i - \bar{r})^2)}{\sum N_i} \dots\dots\dots \text{persamaan (3)}$$

Hasil perhitungan varians  $r_{xy}$  disajikan berikut ini dalam tabel 4.

Tabel 4. Varians  $r_{xy}$

No. Studi	N	$r_{xy}$ atau $r_i$	$N(r_{xy} - \bar{r})^2$
1	324	-0.373	98.872
2	2080	-0.328	535.531
3	90	0.313	15.421
4	55	-0.467	7.370
5	117	-0.19	7.852
6	2046	0.13	109.118
7	105	0.5	37.918
8	150	-0.22	2.126

No. Studi	N	$r_{xy}$ atau $r_i$	$N(r_{xy} - \bar{r})^2$
9	150	-0.12	0.055
10	150	-0.07	0.144
11	203	-0.12	0.074
12	496	-0.12	0.180
13	496	-0.03	2.496
14	146	-0.17	0.696
15	103	0.31	17.394
TOTAL	6711		332.065
Mean	447.400		<b>22.138</b>
SD	669.941		36.583

Berdasarkan tabel 4 di atas, diketahui bahwa varians  $r_{xy}$  atau  $\sigma^2 r$  sebesar **22.138**.

**c. Varians Kesalahan Pengambilan Sampel**

Varians kesalahan pengambilan sampel dapat dihitung dengan menggunakan persamaan berikut ini:

$$\sigma^2 e = \frac{(1 - \bar{r}^2)^2}{(N - 1)} \dots\dots\dots \text{persamaan (4)}$$

Berdasarkan nilai  $\bar{r}$  yang diperoleh dan rerata jumlah sampel  $\bar{N}$ , yang ada maka varians kesalahan pengambilan sampel pada studi meta analisis ini:

$$\begin{aligned} \sigma^2 e &= \frac{(1 - (-0.1009)^2)^2}{(447 - 1)} \\ \sigma^2 e &= \frac{0.9801}{446} \\ \sigma^2 e &= \mathbf{0.002} \end{aligned}$$

Varians kesalahan pengambilan sampel  $\sigma^2 e$  sebesar **0.002**

**d. Estimasi Varians Korelasi Populasi**

Varians korelasi populasi atau varians yang sesungguhnya, merupakan varians yang dikoreksi yaitu varians  $r_{xy}$  dikurangi dengan varians kesalahan pengambilan sampel. Varians korelasi populasi dapat dihitung dengan menggunakan persamaan berikut ini:

$$\sigma^2 p = \sigma^2 r - \sigma^2 e \dots\dots\dots \text{persamaan (5)}$$

sehingga dalam studi meta analisis ini dapat dihitung:

$$\begin{aligned} \sigma^2 p &= \sigma^2 r - \sigma^2 e \\ &= \mathbf{22.138 - 0.002} \\ &= \mathbf{22.136} \end{aligned}$$

$$\text{Standard deviasi} = \sqrt{\sigma^2 p} = \sqrt{22.136} = \mathbf{4.7}$$

**e. Interval kepercayaan**

$\bar{r}$  sebesar **-0.1009** dibandingkan dengan SD yang telah dikoreksi

$$= \frac{-0.1009}{4.7} = -0.02$$

korelasi rerata menunjukkan hasil -0.02. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi populasi pada semua studi adalah tidak selalu negatif.

**f. Dampak kesalahan pengambilan sampel**

Dampak kesalahan pengambilan sampel dapat diketahui dengan menggunakan persamaan sebagai berikut:

$$\frac{\sigma^2 p}{\sigma^2 r} = \frac{22.068}{22.138} = \mathbf{0.997}$$

Reliabilitas korelasi studi adalah 0.997, sehingga presentase varians mengacu kesalahan pengambilan sampel adalah sebesar  $1 - 0.997 = 0.003 = 0.3\%$

### 3. Koreksi Kesalahan Pengukuran

Koreksi artifak selain kesalahan pengambilan sampel adalah koreksi kesalahan pengukuran. Untuk membuat estimasi kesalahan pengukuran, maka disusun lembar kerja yang disajikan dalam tabel 5.

Tabel 5. Lembar Kerja Estimasi Kesalahan Pengukuran

No Studi	N	$r_{xy}$ atau $r_i$	$r_{xx}$	(a)	$r_{yy}$	(b)	$N \times r_{xy}$
1	324	-0.373	-	-	-	-	-120.852
2	2080	-0.328	0.91	0.954	0.95	0.975	-682.240
3	90	0.313	-	-	-	-	28.170
4	55	-0.467	-	-	0.97	0.985	25.685
5	117	-0.19	0.73	0.854	-	-	-22.230
6	2046	0.13	0.87	0.933	-	-	265.980
7	105	0.5	0.92	0.959	0.94	0.970	52.500
8	150	-0.22	-	-	-	-	-30.000
9	150	-0.12	0.8	0.894	0.85	0.922	-4.500
10	150	-0.07	0.94	0.970	0.85	0.922	-15.000
11	203	0.37	0.94	0.970	0.85	0.922	75.110
12	496	-0.12	0.88	0.938	0.84	0.917	-59.520
13	496	-0.03	0.88	0.938	0.84	0.917	-14.880
14	146	-0.17	0.85	0.922	0.8	0.894	-24.820
15	103	0.31	0.85	0.922	0.8	0.894	31.930
<b>Total</b>	<b>6711</b>			<b>10.254</b>		<b>9.317</b>	<b>-577.307</b>
Mean	447.400			0.932		0.932	
SD	669.941			0.034		0.033	

#### a. Rerata Gabungan

Rerata gabungan dihitung dengan menggunakan persamaan 6 berikut ini.

$$\bar{A} = \text{Ave (a)} \times \text{Ave (b)} \dots\dots\dots \text{persamaan (6)}$$

$$\begin{aligned} \bar{A} &= \text{Ave (a)} \times \text{Ave (b)} \\ &= 0.932 \times 0.932 \\ &= \mathbf{0.8686} \end{aligned}$$

Keterangan :

- $\bar{A}$  = rerata gabungan
- (a) = akar kuadrat koefisien reliabilitas  $r_{xx}$
- (b) = akar kuadrat koefisien reliabilitas  $r_{yy}$
- Ave (a) = rerata (a)
- Ave (b) = rerata (b)

Rerata gabungan  $\bar{A}$  adalah sebesar **0.8686**.

#### b. Korelasi Populasi Setelah Dikoreksi oleh Kesalahan Pengukuran

Penghitungan korelasi populasi yang sesungguhnya setelah dikoreksi dengan kesalahan pengukuran dilakukan dengan persamaan berikut ini.

$$\begin{aligned} \rho &= \text{Ave (} \rho_i) = \frac{\text{Ave } \bar{r}}{\bar{A}} \dots\dots\dots \text{persamaan (7)} \\ &= \frac{-0.1009}{0.8686} = \mathbf{-0.116} \end{aligned}$$

Keterangan:

$\bar{r}$  = rerata sesungguhnya dari korelasi  $r_{xy}$

$\bar{A}$  = rerata gabungan

Korelasi populasi sesungguhnya setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran baik pada variable dependen maupun independen adalah sebesar **-0.116**.

**c. Jumlah Koefisien Kuadrat Variasi (V)**

$$\begin{aligned}
 V &= \frac{SD^2(a)}{Ave^2(a)} + \frac{SD^2(b)}{Ave^2(b)} \dots\dots\dots \text{persamaan (8)} \\
 &= \frac{(0.034)^2}{(0.932)^2} + \frac{(0.023)^2}{(0.932)^2} \\
 &= \frac{0.001156}{0.8686} + \frac{0.001089}{0.8686} \\
 &= 0.0013309 + 0.0012537 \\
 V &= \mathbf{0.0025846}
 \end{aligned}$$

**d. Varians yang Mengacu Variasi Artifak**

$$\begin{aligned}
 \sigma^2_p &= \rho^2 \bar{A}^2 V \dots\dots\dots \text{persamaan (9)} \\
 &= (-0.116)^2 \times (0.8686)^2 \times (0.0025846)^2 \\
 &= 0.013456 \times 0.754466 \times 0.0000067 \\
 &= 0.000000068
 \end{aligned}$$

**e. Varians Korelasi Sesungguhnya**

$$\begin{aligned}
 \text{Var}(\rho) &= \frac{\text{Var}(\rho_{xy}) - \rho^2 \bar{A}^2 V}{\bar{A}^2} \dots\dots\dots \text{persamaan (10)} \\
 &= (0.0025846 - 0.000000068) / 0.754466 \\
 &= 0.0025845 / 0.754466 \\
 &= 0.0034 \\
 \text{SD} &= \sqrt{0.0034} \\
 &= \mathbf{0.058}
 \end{aligned}$$

Korelasi populasi yang sesungguhnya ( $\rho$ ) diestimasi sebesar **-0.116** dan standar deviasi (SD) sebesar 0.058.

**f. Interval Kepercayaan**

$\rho$  sebesar **-0.116** dibandingkan dengan SD yang telah dikoreksi sebesar 0.058.

$$\frac{-0.116}{0.058} = -2$$

korelasi rerata menunjukkan hasil -2. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi populasi pada semua studi adalah tidak selalu negatif.

**g. Dampak Variasi Reliabilitas**

$$\begin{aligned}
 &\frac{\rho^2 \bar{A}^2 V}{\sigma^2(\rho_{xy})} \times 100\% \dots\dots\dots \text{persamaan (12)} \\
 &= \frac{0.000000068}{0.0025846} \times 100\% \\
 &= 0.0026\%
 \end{aligned}$$

Jadi dampak variasi yang disebabkan karena variasi reliabilitas sebesar 0.0026%.

**Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai estimasi korelasi populasi atau  $\bar{r}$  = -0.1009 yang berada dalam daerah penerimaan interval kepercayaan 95% CI (-0.527 <  $\bar{r}$  < 0.325) dan diperoleh nilai estimasi korelasi populasi setelah dikoreksi dengan eror pengukuran atau  $\rho$  = -0.116 yang berada dalam daerah penerimaan interval kredibilitas 95% CV (-0.6068 <  $\rho$  < 0.3744). Berdasarkan nilai korelasi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan depresi. Jadi, hipotesis studi diterima. Namun, hubungan antara dukungan sosial dengan depresi tidak selalu negatif.

Hasil di atas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Pimentel, dkk. (2012) dan Cheng (1997), yang hasilnya menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan depresi. Rendahnya tingkat dukungan sosial diasosiasikan pada tingginya tingkat depresi dan sebaliknya. Tingginya dukungan sosial



dapat menjadi “buffer” untuk simtom depresi. *Buffer* sebagai penahan atau penyangga efek perkembangan simtom depresi. Dengan kata lain, dukungan sosial menjadi faktor protektif untuk simtom depresi.

Dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang dibutuhkan oleh individu dan bisa didapatkan dari berbagai sumber seperti keluarga, teman, dokter atau profesional dan organisasi kemasyarakatan. Dukungan sosial juga didefinisikan sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan (Saputri & Indrawati, 2013).

Dukungan sosial didefinisikan sebagai dukungan yang terdiri atas enam kategori: kelekatan, integrasi sosial, kesempatan untuk membantu, pengakuan yang positif, ketergantungan yang dapat diandalkan, dan memperoleh informasi dan bimbingan dalam keadaan stres dan depresi (Weiss, 1974 dalam Mahon, dkk., 2004: 217). Lafreniere, dkk. (1997, dalam Coutts, dkk., 2005: 200), efek dari dukungan sosial itu penting dalam membantu mengurangi efek negatif dari keadaan stres dan depresi. Dukungan sosial merujuk pada sumber daya yang kita dapatkan dari orang lain. Dukungan sosial juga dapat mempengaruhi komponen model transaksi dari stres dan *coping* (Lazarus & Folkman, 1984, dalam Coutts, dkk., 2005: 201). Jika seseorang memiliki integrasi sosial dan dapat menggunakan dukungan sosial dengan efektif dari orang lain, mereka akan menemui lebih sedikit penyebab stres dan depresi. Ketika seseorang menemui keadaan yang penuh dengan stres dan depresi, kehadiran orang lain yang menyediakan dukungan yang efektif dapat mengurangi kemungkinan seseorang akan mengalami stres dan depresi dalam keadaan ini.

Dukungan sosial merupakan semua bentuk dukungan spiritual dan finansial yang diterima seorang individu dari individu lain yang berada disekitarnya terutama bagi individu yang mempunyai hubungan dekat. Kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan gejala-gejala depresi selama masa remaja. Fungsi dari dukungan sosial adalah untuk mengurangi perasaan tidak berdaya dan meningkatkan harga diri, yang mana akan mengurangi stres dan depresi.

Hasil korelasi antara dukungan sosial dengan depresi tidak selalu negatif, tetapi bisa juga korelasinya positif. Hal tersebut disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang menyebabkan terjadinya depresi seperti faktor kesehatan, kepribadian, religiusitas, pengalaman hidup yang pahit, dan harga diri (Saputri & Indrawati, 2013). Jadi, dukungan sosial itu bukan merupakan satu-satunya faktor yang menyebabkan depresi.

Variasi subjek studi juga dapat dijadikan alasan bahwa korelasi antara dukungan sosial dengan depresi tidak selalu negatif. Subjek dalam studi ini adalah remaja dan dewasa, serta orang-orang yang menderita penyakit kanker dan lainnya yang mengalami depresi. Temuan lain dalam studi meta analisis ini adalah nilai varians kesalahan pengambilan sampel sebesar 0.3%. Persentase ini menunjukkan kemungkinan bias kesalahan karena kekeliruan dalam pengambilan sampel adalah sangat kecil. Analisis data juga menghasilkan perhitungan dampak variasi reliabilitas yang disebabkan karena kesalahan pengukuran sebesar 0.0026%. Hal ini menunjukkan bahwa persentase variasi yang disebabkan oleh kesalahan pengukuran adalah sangat kecil.

#### **Keterbatasan Studi**

Studi meta-analisis ini mempunyai keterbatasan dalam penentuan karakteristik variabel. Variasi karakteristik variabel bebas yaitu variabel dukungan sosial yang sangat bervariasi sehingga hasilnya juga menjadi kurang spesifik. Terbatasnya studi survei yang diperoleh dalam pencarian data menyebabkan jumlah subjek studi (N) juga menjadi terbatas.

#### **Penutup**

Studi meta analisis yang dilakukan terhadap penelitian dengan topik hubungan antara dukungan sosial dan depresi, diperoleh nilai estimasi korelasi populasi atau  $\bar{r} = -0.1009$  yang berada dalam daerah penerimaan interval kepercayaan 95% CI ( $-0.527 < \bar{r} < 0.325$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan depresi adalah negatif, namun tidak selalu negatif. Pada studi meta analisis selanjutnya, terkait topik yang sama disarankan untuk lebih menspesifikkan jenis dukungan sosial yang dijadikan variabel bebas dan menspesifikkan subjek penelitian dengan karakteristik yang sama.

#### **Daftar Pustaka**

- \*Albal, E., & Kutlu, Y. (2010). The relationship between the depression coping self efficacy level and perceived social support resources. *Journal of Psychiatric Nursing*, 1 (3), 115-120.
- \*Cheng, C. (1997). Role of perceived social support on depression in Chinese adolescents: A prospective study examining the buffering model. *Journal of Applied Social Psychology*, 27 (9), 800-820.
- \*Costa, J. & Gouveia, J. P. (2013). A new approach to explain the link between social support and depression in a 2-years arthritis rheumatoid sample. is there any moderation effect of acceptance? *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 13 (1), 65-82.

- Coutts, dkk. 2005. *Applied social psychology understanding and addressing social and practical problems*. USA: Sage Publication.
- \*Elmaci, F. (2006). The role of social support on depression and adjustment levels of adolescents having broken and unbroken families. *Educational Sciences Theory & Practice*, 6 (2), 421-431.
- \*Han, B., Yun, B., Zhang, J., et al. (2014). The influence of the social support on symptoms of anxiety and depression among patients with silicosis. *The Scientific World Journal*, 1-6.
- Hunter, J. E. & Schmidt, F. L. (2004). *Methods of meta-analysis: Correcting error and bias in research findings*. California: Sage Publication, Inc.
- Mahon, dkk. 2004. Social support and positive health practices in early adolescents: A test of mediating variables. *Clinical Nursing Research*, 13 (3), 217.
- \*Özkan, S., & Kutlu, Y. (2010). Evaluation of coping strategies, social support, and depressive symptoms in spouses of patients with hematological cancer. *Turk J Med Sci*, 40 (6), 925-936.
- \*Pimentel, A. F., Afonso, R. M., & Pereira, H. (2012). Depression and social support in old age. *Psicologia, Saude & Doencas*, 13 (2), 311-327.
- Saputri, M. A. W., & Indrawati, E. S. (2011). Hubungan antara dukungan sosial dan depresi pada lanjut usia yang tinggal di panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 9 (1), 65-72.
- \*Stice, E., Ragan, J., & Randall, P. (2004). Prospective relations between social support and depression: Differential direction of effects for parent and peer support? *Journal of Abnormal Psychology*, 113 (1), 155-159.
- Sugiyanto. (2004). *Hand-out meta-analysis*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- \*Sun, J., Buys, N., & Wang, X. (2011). Depressive symptoms, family functioning, university environment, and social support: A population based study in university students in Beijing China. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 1 (1), 41-47.
- \*Tel, H., Sari, A., & Aydin, H. T. (2013). Social support and depression among the cancer patients. *Global Journal of Medical Research Interdisciplinary*, 13 (3), 1-4.
- www.kompas.com. (diakses pada 29 November 2014).
- \*Xu, J., & Wei, Y. (2013). Social support as a moderator of the relationship between anxiety and depression: An empirical study with adult survivors of Wenchuan earthquake. *PLOS ONE*, 8 (10), 1-7.