

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Secara keseluruhan populasi, depresi adalah penyakit mental yang paling umum. Pada tahun 2020, depresi akan melampaui kanker sebagai penyebab utama kecacatan di dunia, menurut *World Health Organization* (WHO).¹ Perasaan sedih, pesimis, putus asa sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari adalah ciri-ciri depresi, keadaan emosi negatif ini dapat menyerang siapa saja. Perubahan pola makan dan tidur, kurangnya energi dan motivasi, kesulitan fokus dan membuat keputusan, serta menarik diri dari lingkungan sekitar adalah tanda dari beberapa gejala fisik yang menyertai depresi.² Timbulnya depresi adalah reaksi umum terhadap perubahan atau peristiwa kehidupan yang membuat seseorang harus beradaptasi. Indikator dari depresi dapat dinilai dari gejala yang muncul, jika gejala semakin berat maka depresi yang dialami juga berat.³ Menurut Carson & Butcher gejala depresi dianggap normal pada individu yang telah mengembangkan mekanisme koping yang sehat sebagai respons terhadap perubahan atau peristiwa yang dialami sehingga membuat individu menjadi lebih baik dalam mengatasinya. Ketika gejala depresi berlangsung lama dan tidak hilang, kondisi ini dianggap tidak normal.³

Riskesmas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 menemukan bahwa gangguan depresi terjadi antara usia 15-24 dengan prevalensi 6,2%. Usia merupakan faktor signifikan dalam perkembangan depresi dengan prevalensi puncak 8,9% pada mereka yang berusia 75 tahun ke atas, 8% pada mereka yang berusia 65-74 tahun, dan 6,5% pada mereka yang berusia 55-64 tahun.⁴

Masa-masa mahasiswa merupakan masa sangat krisis karena terdapat peralihan dari remaja menuju dewasa muda, masa ini sangat dipengaruhi oleh pengalaman, perubahan gaya hidup dan budaya baru.⁵

Tentu saja, saat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dapat menimbulkan banyak masalah psikologis bagi mahasiswa, seperti kecemasan, kegelisahan, gangguan *Mood*, dan perasaan tidak berdaya serta putus asa. Masalah yang paling umum terjadi di kalangan mahasiswa tingkat akhir adalah suasana hati yang dapat memengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari - hari. Perasaan yang berubah - ubah, kecemasan, ketidakmampuan, hilangnya konsentrasi, kesedihan, dan keputusan merupakan gejala depresi umum.⁵ Jika gejala tersebut tidak teridentifikasi dan diatasi dengan baik, mereka bisa mengalami depresi. Depresi dapat memberikan dampak negatif yang memengaruhi status kesehatan, peran, fungsi sosial, minat dan motivasi, pekerjaan, dan gangguan komunikasi yang dapat menyebabkan menurunnya interaksi sosial, serta yang paling ditakuti adalah adanya percobaan bunuh diri.⁵ Bunuh diri menduduki peringkat ketiga penyebab kematian pada remaja. Di seluruh dunia, bunuh diri diklaim sebagai penyebab utama kematian pada rentang usia 15-35 tahun.⁵

Berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sekitar 33% siswa rentan terhadap depresi. Penelitian lain menemukan bahwa 43% mahasiswa mengalami gejala depresi yang mengganggu proses belajar, sehingga berdampak negatif terhadap prestasi akademik mahasiswa.⁶ Pada tahun 2010, Thomas Schwenk dari University of Michigan melakukan penelitian pada mahasiswa kedokteran dan menemukan bahwa 53 persen mahasiswa kedokteran mengalami gejala depresi tingkat tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rini Riana Nenobesi pada tahun 2018 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Siswa dengan hasil normal berjumlah 34 (22,2%), yang mengalami depresi ringan berjumlah 52 (34%), sedang 24 (15,7%), berat 28 (18,3%), dan depresi sangat berat 15 (9,8%).⁷

WHO telah menggagas program kampanye yang bertemakan "Depression Let's Talk", pada program tersebut menyebutkan pencegahan depresi yang dapat dilakukan adalah dengan cara berkomunikasi atau menyampaikan perasaan yang tidak menyenangkan dengan seseorang yang dapat dipercaya baik bersama keluarga, teman, atau tenaga kesehatan profesional. Tidak hanya itu, pencegahan depresi dapat dilakukan dengan cara melakukan aktivitas fisik secara rutin, menjauhi alkohol dan rokok, serta mengonsumsi makanan yang sehat.⁵

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dirumuskan pertanyaan peneliti sebagai berikut:

“Bagaimana gambaran tingkat depresi terhadap penyusunan skripsi Mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Kristen Indonesia periode 2021 – 2022?”

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat depresi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia terhadap penyusunan skripsi periode 2021-2022.

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini, bagaimana gambaran tingkat depresi terhadap penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Kristen Indonesia periode 2021 – 2022 berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin dan motivasi masuk kedokteran.

1.4. Manfaat

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan, yaitu: menambahkan wawasan dan pengetahuan mengenai tingkat depresi pada mahasiswa, serta memperluas khasanah ilmu pengetahuan.