

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah gelar yang diperoleh oleh individu yang menimba ilmu pada program studi tertentu di Perguruan Tinggi (Da'awi, 2021). Berdasarkan data dari UNESCO (2023) terdapat 235 juta mahasiswa yang telah mendaftar di Universitas di seluruh dunia dan mengalami peningkatan lebih dari dua kali lipat dalam 20 tahun terakhir dan akan terus-menerus berkembang (UNESCO, 2023). Sedangkan jumlah mahasiswa di Indonesia berjumlah 8.483.213 di seluruh perguruan tinggi. Berdasarkan data statistik, menunjukkan jumlah usia 18-24 tahun mahasiswa mulai mengikuti perkuliahan. Pada jenjang D3, mahasiswa yang mendaftar di Prodi Keperawatan di tahun 2020 sebanyak 40.913 mahasiswa dan pada jenjang D4 sebanyak 5.357 mahasiswa (Handini, 2020). Total keseluruhan mahasiswa keperawatan dengan jenjang S1 berjumlah 314.801 mahasiswa (Kemenkes, 2020). Salah satu tantangan atau stressor mahasiswa adalah tuntutan akademis yang harus dijalani dan menyebabkan gangguan pada psikologis (Ambarwati et al., 2019).

Berdasarkan penelitian Gallagher, gangguan psikologis yang dapat dinyatakan berat yaitu depresi, belajar yang terganggu, pemikiran untuk bunuh diri, kegiatan menyakiti diri, pola makan terganggu, dan penggunaan obat-obatan (Triwahyuni & Eko Prasetyo, 2021). Gangguan psikologis pada mahasiswa akan mengakibatkan mahasiswa mengalami depresi dan terdapat beberapa terjadinya perubahan salah satunya afektif. Perubahan afektif mahasiswa misalnya kegiatan keseharian yang terganggu, hilangnya gairah dalam melaksanakan kegiatan keseharian dan kegiatan pembelajaran, gangguan konsentrasi, motivasi berkurang, perasaan tak berharga, anti sosial, dan adanya keinginan untuk bunuh diri (American Psychiatric Association, 2013). Pernyataan tersebut didukung berdasarkan penelitian di

Universitas X dari 17.489 mahasiswa dengan jenjang sarjana pada enam belas fakultas yang diteliti menunjukkan 76,9% responden dinyatakan mempunyai gangguan pada psikologisnya. Sumber permasalahan yang sering ditemui pada mahasiswa seperti perjalanan menuju masa depan, adaptasi akademik, penggunaan waktu, kesehatan, dan perkembangan jasmani (Prasetio & Triwahyuni, 2022).

Gangguan psikologis pada mahasiswa yang sering dialami yaitu depresi (Hasanah et al., 2020). Depresi adalah periode disfungsi dalam tubuh yang berhubungan dengan kesedihan dan muncul gejala penyerta seperti pola tidur tak teratur, nafsu makan berkurang, gangguan psikomotor, konsentrasi yang terganggu, mudah letih, perasaan frustrasi, tidak memiliki kekuatan serta pikiran untuk melakukan bunuh diri. Depresi merupakan suatu emosi yang berhubungan dengan kesedihan dan rasa sakit, keadaan agresi pada individu atau kondisi amarah (Nurchayaningrum, 2021).

Dampak depresi tersebut menyebabkan seseorang merasakan kesedihan yang berlarut, anti sosial, stres, kesehatan menurun, dan pemikiran untuk melakukan bunuh diri (Sudarsono & Lestari, 2020). Depresi juga memberikan dampak pada fisik dengan adanya perubahan pada pikiran kognitif seseorang mengakibatkan perubahan pada emosionalnya (Beck, A., 2011).

Prevalensi depresi pada mahasiswa berdasarkan penelitian Ibrahim (2013) rata-rata 30,6% dan diantara rentang 10% sampai 85% dari jumlah keseluruhan di 24 Universitas (Ibrahim, 2013). Hasil survey tahun 2019 yang dilakukan pada mahasiswa di Bandung didapatkan bahwa 30,5% mahasiswa mengalami depresi dan 20% mahasiswa memiliki pikiran untuk melakukan bunuh diri (Susanti, 2019). Perbandingan data dilihat dari jenis kelamin perempuan mengalami depresi termasuk pada kategori tinggi dengan hasil data 6,71%, sedangkan laki-laki mengalami depresi dengan hasil data 4,22% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Depresi dalam kategori berat cenderung akan melukai diri (*Self harm*) sampai bunuh diri.

Kasus bunuh diri akibat depresi sejumlah 80-90% atau setara dengan 10.000 orang tiap satu jam (Soeli et al., 2023).

Pada penelitian Kurniawan (2020) menjelaskan bahwa hasil penelitian yang dilakukan pada 141 mahasiswa D3 dan S1 Program Studi Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan di Yogyakarta menunjukkan hasil pada mahasiswa keperawatan dengan depresi ringan sejumlah 25 mahasiswa dengan 18%, depresi sedang sejumlah 13 mahasiswa dengan 19%, dan depresi berat sejumlah 4 mahasiswa dengan 3%. Depresi yang dialami mahasiswa keperawatan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin, usia, program studi, domisili, dan tingkat pendidikan terakhir (Kurniawan, 2020).

Upaya khusus dari pemerintah untuk mengatasi penyakit depresi yaitu mendirikan program psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan memberikan pendidikan kesehatan yang sedang mengalami penyakit berupa fisik dan gangguan kejiwaan untuk menyelesaikan masalah-masalah mengenai psikologis masyarakat. Memberikan intervensi psikoedukasi bisa dalam bentuk pasif yaitu memberikan informasi dalam bentuk leaflet, *email*, dan *website* serta dalam bentuk aktif yaitu dalam bentuk konseling dan pendidikan kesehatan secara langsung kepada penderita (Suryani et al., 2016). Sedangkan, upaya pihak kampus melakukan suatu penelitian terhadap mahasiswa untuk dapat mengetahui penyakit depresi yang dirasakan oleh mahasiswa dan melakukan evaluasi hal-hal yang dapat merugikan serta berakibat buruk bagi reputasi kampus di pandangan masyarakat. Menggunakan metode kasifikasi berupa bantuan program *computer* dan menganalisa lanjutan menggunakan data *mining* untuk teknik mencari informasi fenomena atas keadaan depresi terhadap mahasiswa (Sudarsono & Lestari, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa interaksi serta dukungan sosial bisa memberikan efek positif yaitu penurunan stres, depresi, meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup seseorang. Namun, sebaliknya kurangnya dukungan sosial memberikan efek yang negatif

(Hauken, 2020). Dukungan sosial merupakan dukungan yang diberikan oleh seseorang dan diterima oleh seseorang lainnya atau kelompok sekitar dengan penerima merasakan dukungan seperti disayangi, dicintai, dan dihargai. Dukungan sosial dapat diberikan oleh keluarga, pasangan, teman sebaya, teman kerja, kelompok sosial, dan jejaring sosial *online* (Raufida et al., 2021).

Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan dalam bentuk kenyamanan, kasih sayang, berharga, atau bantuan yang diberikan oleh teman sebaya pada proses pembelajaran (Oktasari, M., Solihatun, S., & Monalisa, 2018). Berdasarkan penelitian Fauziyah & Ariati (2015) dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir” dilakukan pada mahasiswa S1 tingkat akhir Fakultas Teknik Universitas Diponegoro menunjukkan hasil bahwa 28,9% dukungan sosial teman sebaya memberikan pengaruh yang besar bagi mahasiswa. Bentuk-bentuk dukungan sosial teman sebaya sebagai berikut: (1) *appraisal support* adalah menyelesaikan masalah atau mengurangi stressor dengan menjadi pendengar yang baik, (2) *tangible support* adalah memberikan bantuan nyata dalam memecahkan masalah berupa makanan atau hal yang dibutuhkan, (3) *self esteem support* adalah dukungan yang memberikan pandangan tentang diri yang baik berupa dukungan mental (Antara, 2020).

Penelitian Prillia et al., (2014) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Depresi pada Remaja yang Mengalami Bullying” menunjukkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap depresi yang dialami oleh remaja yang mengalami bullying dengan nilai korelasi 0,742 dan bisa dikategorikan cukup tinggi atau kuat. Berdasarkan penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa pengaruh dukungan sosial memberikan penurunan pada tingkat depresi terhadap seseorang yang sedang mengalami kondisi buruk yang didapatkan dari respon stres, salah satunya bullying (Prillia et al., 2014).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 19 Februari 2023 pada mahasiswa keperawatan semester II, IV, VI, dan VIII di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Hasil studi pendahuluan dengan wawancara secara langsung bahwa dari 10 responden yang diwawancarai terdapat 9 responden mengatakan bahwa seringkali mengalami berkecil hati mengenai masa depan, gangguan pola tidur, lebih kritis tentang diri sendiri, kesedihan yang berlarut, dan masih mengingat hal-hal yang menyedihkan. Selanjutnya, 1 responden mengatakan bahwa terkadang memiliki pikiran untuk melakukan bunuh diri tetapi tidak jadi untuk melakukan hal tersebut. Hal-hal tersebut merupakan gejala-gejala yang dialami oleh seseorang yang mengalami depresi. Selanjutnya, dari 10 responden terdapat 9 responden mengatakan bahwa membutuhkan dukungan sosial terutama dari teman sebaya untuk menghadapi masa perkuliahan seperti saling berbagi informasi perkuliahan, pengingat tugas, pemberi bantuan atau *support system*, dan untuk menanyakan kabar.

Berdasarkan uraian fenomena tersebut, peneliti tertarik dalam melaksanakan penelitian mengenai permasalahan yang sering dialami mahasiswa. Sehingga peneliti termotivasi untuk memilih judul penelitian yaitu “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Adakah hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik mahasiswa keperawatan (meliputi jenis kelamin, usia, semester dalam perkuliahan, dan tinggal bersama) di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- b. Mengetahui gambaran dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- c. Mengetahui gambaran tingkat depresi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- d. Mengetahui keeratan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini bisa menjadi masukan dan tambahan informasi kepada mahasiswa dan dosen mengenai pentingnya dukungan sosial teman sebaya dan hubungannya dengan tingkat depresi pada mahasiswa. Sehingga bisa didirikannya sebuah program kesehatan jiwa yang bermanfaat bagi kepentingan bersama di fasilitas institusi pendidikan.

2. Manfaat Keilmuan

Manfaat bagi ilmu dan institusi pendidikan dari hasil penelitian ini yaitu menambah pengetahuan baru terutama di bidang keperawatan jiwa yang berkaitan dengan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada mahasiswa.

3. Manfaat Metodologi

Manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah menjadi bahan literatur bagi akademisi atau calon peneliti selanjutnya dalam melaksanakan penelitian yang relevan dari bidang yang sama mengenai dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat depresi pada mahasiswa.