



## TINGKAT DEPRESI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN

Ainun Wira'atmaja, Denny Paul Ricky

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia, Jl. Kolonel Masturi No. 288, Cihanjuang Rahayu, Kec. Parongpong, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat 40559, Indonesia

\*[Ainunwiraatmaja83@gmail.com](mailto:Ainunwiraatmaja83@gmail.com) (+6288976004491)

### ABSTRAK

Depresi merupakan gangguan mental dengan tanda perasaan sedih atau cemas yang bisa muncul dan menghilang juga berkelanjutan sehingga mengganggu aktivitas seseorang. Apabila perubahan psikologis seseorang tidak teratasi dengan baik maka akan menyebabkan seseorang mengalami depresi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *non-probability sampling* menggunakan teknik pendekatan *purposive sampling* total responden mencapai 84 orang. Instrumen untuk pengumpulan data menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) berupa kuisioner yang diberikan kepada responden. Instrumen ini memiliki nilai reliabilitas dengan nilai *cronbach Alpha* 0.19. Data hasil dianalisis dengan univariat disajikan secara distribusi frekuensi. Oleh karena itu, penting dilakukan pengawasan khusus disertai skrining depresi pada mahasiswa dengan tujuan untuk mencegah terjadinya depresi.

Kata kunci: keperawatan; mahasiswa; tingkat depresi

### DEPRESSION LEVELS IN NURSING STUDENTS

### ABSTRACT

*Depression is a mental disorder with signs of feelings of sadness or anxiety that can appear and disappear also continuously so that it interferes with a person's activities. If a person's psychological changes are not resolved properly it will cause a person to experience depression. This research uses quantitative descriptive methods. The sample in this study was taken by non-probability sampling using the purposive sampling approach technique totaling 84 respondents. Instruments for data collection using the Depression Anxiety Stress Scale (DASS) in the form of questionnaires given to respondents. This instrument has a reliability value with a cronbach Alpha value of 0.19. Data is analyzed univariately. Therefore, it is important to conduct special supervision accompanied by depression screening in students with the aim to prevent the occurrence of depression.*

*Keywords:* *levels of depression; nursing; students*

### PENDAHULUAN

Depresi diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2030. Diperkirakan 10% orang dewasa dan 25% orang akan menderita gangguan jiwa pada usia tertentu (Kementerian Kesehatan; 2018). Psikiater Indonesia Teddy Hidayat menyatakan bahwa pada tahun 2019, mahasiswa semester satu di Bandung dilakukan survei dengan hasil

ditemukan 30,5% mahasiswa mengalami depresi, 20% mahasiswa pernah serius mempertimbangkan untuk bunuh diri, dan 6% mahasiswa pernah mencoba bunuh diri, seperti melompat dari ketinggian, dan gantung diri atau bunuh diri.

Program studi keperawatan adalah salah satu program studi yang memiliki

tuntutan yang cukup besar karena selalu berkaitan dengan pelayanan kesehatan juga pemberian asuhan keperawatan. Tidak hanya mengikuti pelajaran di dalam kelas saja, mahasiswa keperawatan juga dituntut untuk belajar di laboratorium, klinik, atau rumah sakit. Depresi yang dialami mahasiswa bisa disebabkan karena banyak faktor contohnya terjadi peralihan dari sekolah ke perguruan tinggi, yang dimana diharuskan untuk beradaptasi dengan hal baru yang berkaitan dengan lingkungan yang baru, lingkungan perkuliahan, serta metode pembelajaran yang baru (Martasari & Ediati, 2018). Depresi pada remaja atau dewasa awal sangat jarang teridentifikasi, depresi dapat dipengaruhi oleh masalah stress, perubahan hormon, dan keluarga (Thapar dkk, 2012).

Depresi adalah gangguan jiwa yang paling umum, ditandai dengan gangguan kognitif, termasuk kontradiksi, kebingungan, keraguan, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, kehilangan perhatian dan motivasi, menyalahkan diri sendiri, pikiran merusak diri sendiri, ketidakpastian, dan pesimisme (Stuart, 2016). Depresi adalah kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang luar biasa, perasaan tidak berharga dan bersalah, jarak dari orang lain, pola tidur terganggu, kehilangan nafsu makan, hasrat seksual, dan minat dan kesenangan dalam aktivitas sehari-hari (Davidson, Neal, Kling, dll., 2010). Depresi adalah penyakit yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan dan kehilangan minat pada aktivitas yang biasanya dilakukan dengan senang hati (Kemenkes RI, 2018). Depresi merupakan gangguan mental yang ditandai dengan perasaan sedih dan cemas yang muncul dan menghilang dalam beberapa hari dan juga dapat

berkelanjutan sehingga menganggu aktivitas (National Institute of Mental Health, 2010).

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut karena bisa dikatakan bahwa semakin tahun semakin meningkatnya orang dengan gangguan mental atau depresi sehingga bisa disebut prevalensi paling tinggi di dunia. Bahkan pada mahasiswa bisa termasuk dengan orang gangguan mental yang tinggi karena terlalu mengkhawatirkan hal-hal kecil terjadi dikehidupan yang secara tidak sadar itu mempengaruhi fisik dan kesehatan mentalnya diakibatkan dari banyaknya tugas dan tekanan yang dirasakan mahasiswa. Seiring bertambahnya usia seseorang maka sangat rentan terkena gangguan mental atau depresi karena beban yang semakin berat dan bisa jadi dukungan sosial yang didapat kurang. Peneliti melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui tingkat depresi pada mahasiswa keperawatan Universitas Advent Indonesia.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa keperawatan Universitas Advent Indonesia dengan ajaran tahun 2017-2020. Sampel yang diambil dalam penelitian dilakukan dengan cara *non-probability sampling* menggunakan teknik pendekatan *purposive sampling* dengan total sebanyak 84 orang. Instrumen untuk pengumpulan data menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang berupa kuisioner dengan pertanyaan sebanyak 14 poin *Depression Scale* saja. Instrumen ini memiliki nilai reliabilitas dengan nilai *cronbach Alpha* 0.91.

Terdapat klasifikasi tingkat depresi yang diinterpretasikan dalam 5 kategori dengan skor yang diperoleh, dimulai dari normal=skor 0-9, ringan=skor 10-13, sedang=skor 14-20, berat=skor 21-27, sangat berat=skor  $\geq 28$  (Kaya & Basha, 2016). Lalu data hasil dianalisis dengan univariat disajikan secara distribusi frekuensi.

## HASIL

Pada penelitian ini terdapat hasil di tabel 1 yang menjelaskan karakteristik responden adalah hampir semuanya perempuan sebanyak 56 responden dan laki-laki sebanyak 28 responden.

Berdasarkan tahun ajaran responden mayoritas yaitu tingkat 4 sebanyak 33 responden. Pada tabel 2 menunjukkan bahwa 42 responden tidak depresi/normal (50%), 21 orang mengalami depresi ringan (25%), 12 orang responden mengalami depresi sedang (14.3%), 7 responden mengalami depresi berat (8.3%), dan 2 responden mengalami depresi sangat berat (2.4%). Pada tabel 3 terdapat hasil nilai rata-rata 10.13 dari semua responden yang diartikan bahwa tingkat depresi mahasiswa perawat Universitas Advent Indonesia dinyatakan depresi ringan.

Tabel 1.  
Karakteristik Responden (n=84)

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	33,3
Perempuan	56	66,7
Tahun Ajaran Mahasiswa		
I	10	11,9
II	12	14,3
III	29	34,5
IV	33	39,3

Tabel 2.  
Tingkat Depresi Responden (n=84)

Tingkat Depresi	f	%
Normal	42	50
Ringan	21	25
Sedang	12	14,3
Berat	7	8,3
Sangat Berat	2	2,4

Tabel 3.  
Nilai Mean dari Tingkat Depresi Responden (n=84)

Responden	Mean	Std. Deviation
84	10,13	7,06

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini dilihat dari tabel 1 karakteristik responden yang didapatkan bahwa perempuan sebanyak (66,7%) memiliki tingkat depresi lebih tinggi

dibandingkan dengan laki-laki. Pada penelitian Imas Rafiyah, Asti Oktovianti, Setiawan, dan Titin Sutini terdapat mayoritas responden itu adalah perempuan dengan (92.31%) karena

memungkinkan berkaitan dengan mayoritas mahasiswa fakultas ilmu keperawatan yaitu perempuan. Berdasarkan hasil penelitian ini, jenis kelamin bukanlah patokan dalam menentukan seorang mengalami depresi, karena kenyataannya kasus bunuh diri pada mahasiswa di Indonesia lebih banyak dilakukan oleh laki-laki (Muhammad Agung, 2015). Depresi merupakan penyakit mental atau respon seseorang terhadap emosinya yang tidak adaptif. Setiap orang memiliki respon dan tingkat depresi yang berbeda yang dimana tingkatan depresi didapat dari penyebab depresi yang muncul atau faktor lainnya tergantung dengan tingkatannya.

Berdasarkan penelitian ini juga tahun ajaran mayoritas respondennya yaitu tingkat 4. Seiring bertambahnya pengetahuan atau meningkatnya tingkat pendidikan maka pola pikir seseorang juga semakin meningkat bahkan faktor depresinya juga semakin banyak, bahkan biasanya yang mendominasi respon yaitu respon maladaptive karena masih tingginya ego juga kepentingan pribadi yang menjadikan seseorang terpengaruh pada situasi tertentu. Menjadi mahasiswa juga merupakan masa-masa yang dibilang krisis karena banyak dari mahasiswa masih mencari jati dirinya. Masa perkuliahan ini sangat dipengaruhi oleh adanya bertambah pengalaman, mengenal budaya baru, juga perubahan gaya hidup (Ashraful dll, 2016). Pada masa dewasa awal atau mahasiswa sudah mulai ada pikiran untuk hidup mandiri sehingga menyebabkan banyak sekali tekanan yang mengakibatkan mahasiswa rentan mengalami depresi. Biasanya masalah yang paling banyak muncul pada mahasiswa yaitu adanya gangguan suasana hati yang bisa mempengaruhi tingkah laku atau perilaku sehari-hari.

Kejadian kehidupan yang tidak diinginkan atau buruk juga bisa sebagai pemicu stress, yang dimana bila orang tersebut tidak bisa mengatasi dengan sendiri dan kekurangan dukungan, contohnya seperti kurangnya dukungan sosial, maka dalam kehidupannya akan mengalami stress berdampak negative bahkan mempengaruhi suasana hati yaitu disebut depresi (Lazarus & Folkman, 1984).

Berdasarkan penelitian ini tingkat depresi pada mahasiswa perlu diperhatikan lagi agar dapat mengatasi peningkatan tingkat depresi yang lebih parah, maka dari itu perlu dilakukan peningkatan coping terhadap depresi, karena masih ada beberapa individu yang memasuki tahap depresi dengan total (50%) responden mengalami depresi.

## SIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian pada mahasiswa keperawatan Universitas Advent Indonesia sebanyak 84 responden didapat hasil bahwa mayoritas dari responden tidak mengalami depresi bahkan bisa dibilang normal. Dimana dukungan sosial yang responden dapatkan itu sangat berpengaruh terhadap tingkat depresi yang didapat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Zayd Bintang, A. M. (2021). *Kejadian Depresi Pada Remaja Menurut Dukungan Sosial Di Kabupaten Jember*. Journal Of Community Mental Health and Public Policy, Vol 3 No. 2 Hal. 92-101.  
doi:<https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i2.55>

- Detin, P. R. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial Terhadap*

- Kejadian Depresi Pada Remaja.* Universitas Muhammadiyah Ponorogo: Repository Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Retrieved from <http://eprints.umpo.ac.id/8085/>
- Imas Rafiyah, A. O. (2021). *Depresi Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Mengalami Perceraian Orangtua.* Kendal: Jurnal Keperawatan Stikes Kendal, Vol. 13 No. 1. Retrieved from <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/1391>
- Lidwina Dewiyanti Wea, A. R. (2018). *Hubungan Antara Mekanisme Koping Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Stikes Santu Paulus Ruteng Tahun 2017.* Ruteng: Jurnal Wawasan Kesehatan, Vol. 3 No. 1. Retrieved from <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/81>
- Made Kusuma, I. K. (2021). *Tingkat Gejala Depresi Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Di Institut Teknologi Dan Kesehatan (ITEKES) Bali.* Bali: Jurnal Riset Kesehatan Nasional, Vol 5 No.1 29-34.  
doi:<http://dx.doi.org/10.37294/jrkn.v5i1.310>
- Nilna Nur Faizah, S. E. (2021). *Gambaran Gejala Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman.* Jurnal Sains dan Kesehatan, Vol 3 No. 5. Retrieved from <https://jsk.farmasi.unmul.ac.id/index.php/jsk/article/view/545>
- Pisga Br Pasaribu, D. R. (2021). *Tingkat Stres Perawat Terkait Isu Covid-19.* Jurnal Penelitian Perawat Profesional, Vol. 3 No. 2. doi:<https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.429>
- Uswatun Hasanah, N. L. (2020). *Depresi Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19.* FIKKES Universitas Muhammadiyah Semarang dengan PPNI Jawa Tengah: Jurnal Keperawatan Jiwa, Vo. 8 No. 4 Hal 421-424. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/6095/pdf>

