

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang mempunyai peran penting di masa kini dan yang akan datang dimana mereka diharapkan mampu berprestasi dan mampu menghadapi tantangan-tantangan yang ada pada masa sekarang dan yang akan datang. Untuk itu remaja perlu dipersiapkan sejak dini baik secara fisik, mental, sosial, maupun secara spiritual.

Secara fisik remaja mengalami perubahan fisik disertai dengan kematangan organ seksual, dengan adanya perubahan tersebut seringkali remaja merasa tidak percaya diri akan tubuhnya dan kemampuannya, untuk itu perlu dipersiapkan agar memiliki konsep diri yang positif. Selanjutnya, secara mental remaja diharapkan mampu memecahkan segala permasalahan yang dihadapinya. Selanjutnya, secara sosial remaja diharapkan untuk tidak lagi bertingkah laku seperti anak-anak, mandiri dan bertanggung jawab. Sedangkan, secara spiritual remaja dapat dibimbing agar mempunyai keyakinan yang tinggi terhadap Tuhan sehingga dapat menjadi solusi untuk menyelesaikan setiap permasalahan yang terjadi.

Pada hakekatnya remaja sering dihadapkan pada berbagai persoalan seperti persoalan dengan teman sebaya, bingung peran, kesulitan belajar dan perilaku seksual menyimpang. Bagi remaja yang mampu menyelesaikan berbagai persoalan tersebut akan merasa tenang, mampu beradaptasi dengan lingkungan

dan eksis dalam kehidupannya. Sebaliknya bagi remaja yang tidak mampu menyelesaikan berbagai persoalannya akan dapat mengarah pada problema kesehatan jiwa seperti ketegangan (stress), kecemasan, termasuk depresi.

Depresi dapat diartikan sebagai salah satu bentuk gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan sedih yang berlebihan, murung, tidak bersemangat, perasaan yang tidak berharga, merasa kosong, putus harapan, selalu merasa dirinya gagal, sampai ada ide bunuh diri (Yosep, 2011). Ada beberapa tingkatan depresi menurut Kusumanto (2010) yaitu depresi ringan, depresi sedang dan depresi berat.

Gejala utama dari depresi ringan adanya rasa tidak nyaman menjalani kehidupan. Selanjutnya, gejala utama dari depresi sedang yaitu menarik diri dan tidak mau melakukan kegiatan serta mudah tersinggung. Sedangkan gejala utama dari depresi berat yaitu diam dalam waktu lama, kurang merawat diri, tidak mau makan dan minum, tidak peduli dengan lingkungan, dan ada perasaan ingin mengakhiri hidup (Kusumanto, 2010).

Sebagaimana diungkapkan beberapa tingkatan depresi beserta gejalanya maka kejadian depresi pada remaja akan sangat berbahaya karena dapat berakibat pada sulitnya remaja untuk konsentrasi atau penurunan daya ingat, hilangnya semangat, perasaan sedih dan minat yang tentunya dapat berimplikasi pada pelajaran di sekolahnya. Selain itu, ditingkat yang lebih parah kejadian bunuh diri pada remaja yang mengalami depresi juga cukup tinggi (Yosep, 2011).

Data dari Kemenkes RI tahun 2018 prevalensi depresi penduduk di Indonesia yang berumur ≥ 15 tahun tertinggi dimiliki oleh provinsi Sulawesi Tengah yaitu

sebanyak 12,3% dan paling rendah adalah provinsi Jambi yaitu sebanyak 1,8%. Provinsi Jawa Barat sendiri menempati posisi 9 dengan angka 7,8% (Risksedas, 2018).

Sekolah menengah pertama (SMP) adalah jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia dimana siswa-siswi pada jenjang SMP ini adalah remaja berusia kisaran 13-15 tahun yang merupakan remaja awal. Remaja awal ini adalah masa transisi dari anak-anak menuju remaja, sehingga masa ini adalah masa bergejolak dimana remaja mulai mencari jati diri dan ingin mencoba hal-hal baru. Biehler menemukan ciri-ciri emosional remaja berusia 12-15 tahun sebagai berikut; siswa cenderung banyak murung, siswa mungkin bertingkah laku kasar untuk menutupi kekurangan dalam hal kepercayaan dirinya, siswa cenderung membenarkan pendapatnya sendiri dan cenderung tidak toleran terhadap pendapat orang lain (Sunarto & Agung, 2002). Remaja dimasa usia SMP ini tidak dapat dibiarkan atau dilepas begitu saja, masih perlu bimbingan orang tua maupun guru karena pada kenyataannya remaja seusia ini secara kognitif belum dewasa apalagi secara emosional. Perlu pendekatan oleh orang tua, guru dan lingkungan yang baik. Bagi remaja yang tidak mendapat bimbingan dan lingkungan yang baik, maka dapat terjerumus ke hal-hal yang negatif dan akan bermasalah bagi dirinya baik secara emosi atau sosial yang akan berdampak pada kondisi depresi.

Sebagaimana penelitian oleh Afifah, dkk (2019) dengan jumlah sampel sebanyak 459 responden pada siswa-siswi SMP Negeri 9 Kota Bandung. Hasil penelitian menunjukkan presentase siswa-siswi SMP Negeri 9 Kota Bandung

yang tidak mengalami depresi adalah 40,63%, depresi ringan 19,5%, depresi sedang 18,3%, dan depresi berat 3,05%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di MTs Miftahul Falah pada 6 siswa yang diwawancara didapatkan hasil 4 dari 6 siswa mengatakan mengalami gejala depresi dalam aspek emosi seperti perasaan pesimis akan cita-citanya dimasa depan. Siswa yang di wawancara juga mengalami gejala depresi dalam aspek fisik yaitu nafsu makan menurun. Selain itu, gejala depresi yang dialami dalam aspek kognitif yaitu merasa bahwa sisi negatif pada dirinya mendominasi seperti merasa gagal karena tidak mendapat juara dan merasa malu dengan keadaan fisiknya. Dalam aspek motivasi gejala yang dialami yaitu malas beraktivitas dan kemunduran dalam pekerjaan. Gejala ini dirasakan oleh 4 siswa yang di wawancara. Hal ini tidak bisa dibiarkan karena akan berdampak pada keadaan depresi dan membuatnya tidak bisa nyaman menjalankan kehidupan sehari-harinya.

Melihat dari banyaknya gejala yang dialami oleh remaja dan besarnya dampak yang ditimbulkan dari siswa yang mengalami depresi, maka peneliti sebagai calon perawat profesional tertarik untuk melakukan penelitian mengenai tingkat depresi pada remaja di MTs Miftahul Falah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “bagaimana gambaran tingkat depresi pada remaja di MTs Miftahul Falah?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan masalah, penulis ingin meneliti mengenai gambaran tingkat depresi pada remaja di MTs Miftahul Falah.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran tingkat depresi minimal (kondisi normal) pada remaja
- b. Untuk mengetahui gambaran tingkat depresi ringan pada remaja
- c. Untuk mengetahui gambaran tingkat depresi sedang pada remaja
- d. Untuk mengetahui gambaran tingkat depresi berat pada remaja

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

- a. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi profesi keperawatan khususnya keperawatan jiwa untuk membuat kebijakan pelaksanaan asuhan keperawatan pada remaja yang mengalami depresi.

1.4.2 Manfaat Akademis

- a. Bagi Institusi Pendidikan MTs Miftahul Falah

Penelitian ini diharapkan menjadi data dasar bagi guru-guru dan bagian bimbingan konseling untuk dapat memberikan edukasi kepada siswa terkait pencegahan dan penanganan depresi.

b. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa keperawatan dalam menangani depresi atau penatalaksanaan asuhan keperawatan pada pasien depresi serta mengenai gambaran depresi pada remaja di sekolah tingkat SLTP.

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk penelitian yang akan datang mengenai pengaruh depresi terhadap prestasi belajar remaja di sekolah.