



TINGKAT DEPRESI PADA REMAJA DI BANYUWANGI BERDASARKAN JENIS KELAMIN MENGGUNAKAN BECK DEPRESSION INVENTORY-II

Depression Level Of Adolescent In Banyuwangi Based On Gender Using Beck Depression Inventory-II

Ary's Kusumaayu Purwoningrum¹, Ayik Mirayanti Mandagi²

¹ *Departement of Health Administration and Policy, Faculty of Public Health, PSDKU
Airlangga University, Indonesia*

² *Departement of Epidemiologi, Faculty of Public Health, PSDKU Airlangga University in
Banyuwangi, Indonesia*

** Corresponding Author: Ary's Kusumaayu Purwoningrum, Departement of Health
Administration and Policy, Faculty of Public Health, PSDKU Airlangga University in
Banyuwangi, Indonesia, E-mail: arys.kusumaayu.purwoningrum-2016@fkm.unair.ac.id,
Phone: +6285648973747*

Abstract

Depression can interfere with the mood that affects a person's feelings, thinking ability, and completing daily activities. Symptoms of depression include prolonged sadness and loss of interest in doing activities that are usually done, followed by a decrease in the ability to carry out activities. Based on data from WHO in 2015, the proportion of the global population experiencing depression is estimated at 4.4%. Meanwhile, based on a survey from Risesdas in 2018 showed that depression began to occur in the 15-24 year age group with a prevalence of 6.2%. Adolescents are an age group that is vulnerable to depression. This study aims to determine the level of depression in students of OSIS management of vocational high schools (SMK) in Banyuwangi based on gender using BDI-II (Beck Depression Inventory-II). This research is a descriptive type of research with a quantitative approach using a total population of 51 people of the student organization management of vocational high schools (SMK) in Banyuwangi. The questionnaire used is BDI-II (Beck Depression Inventory-II) which consists of 21 statements. The respondents' answers were categorized into 4 levels of depression categories, namely no depression, mild depression, moderate depression and major depression. The male student who experienced a severe depression level was 0%, the moderate depression level was 41.7%, the mild depression level was 41.7%, not experiencing it was 16.6%. The female student who experienced a major depression level was 0%, the moderate depression level was 7.7%, the mild depression level

was 35.9%, and 56.4% did not experience depression. Depression is more common in women than men.

Keywords: Depression, Adolescent, Gender

Abstrak

Depresi dapat mengganggu *mood* yang berpengaruh pada perasaan seseorang, kemampuan berpikir, dan menyelesaikan kegiatan sehari-hari. Gejala depresi berupa rasa sedih yang berkepanjangan, dan hilangnya minat untuk melakukan kegiatan yang biasa dilakukan dengan diikuti penurunan kemampuan menjalankan kegiatan. Berdasarkan data dari WHO pada tahun 2015, proporsi populasi global yang mengalami depresi diperkirakan sebesar 4,4%. Sementara itu, berdasarkan survei dari Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan bahwa depresi mulai terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun dengan prevalensi sebesar 6,2%. Remaja menjadi kelompok umur yang rentan mengalami depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat depresi pada siswa pengurus OSIS sekolah menengah kejuruan (SMK) di Banyuwangi berdasarkan jenis kelamin menggunakan BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*). Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan sampel total populasi pengurus OSIS sekolah menengah kejuruan (SMK) di Banyuwangi sebanyak 51 orang. Kuesioner yang digunakan adalah BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*) yang terdiri dari 21 pernyataan. Total dari jawaban responden dikategorikan menjadi 4 tingkat kategori depresi, yaitu tidak depresi, depresi ringan, depresi sedang dan depresi berat. Siswa berjenis kelamin laki-laki yang mengalami tingkat depresi berat 0%, tingkat depresi sedang sebanyak 41,7%, tingkat depresi ringan sebanyak 41,7%, tidak mengalami sebanyak 16,6%. Siswa berjenis kelamin perempuan yang mengalami tingkat depresi berat 0%, tingkat depresi sedang sebanyak 7,7%, tingkat depresi ringan sebanyak 35,9%, dan tidak mengalami depresi sebanyak 56,4%. Depresi lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki.

Kata Kunci: Depresi, Remaja, Jenis Kelamin

PENDAHULUAN

Depresi merupakan sebuah gangguan mental yang menjadi beban penyakit secara global dan mempengaruhi status kesehatan masyarakat di dunia. Hal tersebut dikarenakan depresi merupakan gangguan mental dengan keadaan suasana hati tertekan, hilang minat seseorang pada suatu hal, tumbuh perasaan bersalah dengan penilaian terhadap diri sendiri yang rendah, adanya penurunan energi, terganggunya pola tidur dan nafsu makan, serta penurunan konsentrasi seseorang tersebut. Seseorang yang sedang depresi seringkali mengalami kecemasan dalam

menjalani hidup [1]. Depresi adalah keadaan suasana hati yang rendah dan keengganan untuk melakukan aktivitas atau sikap apatis yang dapat memengaruhi pikiran, perasaan, perilaku, dan rasa sejahtera seseorang [2] Depresi merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan, perasaan bersalah dan tidak berarti, menarik diri dari sosial, gangguan tidur, serta hilangnya selera makan dan minat untuk melakukan kegiatan yang biasa dilakukan [3]

Berdasarkan data dari *World Health Organization*, proporsi populasi global yang mengalami depresi pada tahun 2015

diperkirakan sebesar 4,4%, dimana depresi lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki, yaitu sebesar 5,1% pada perempuan dan 3,6% pada laki-laki [4]. Depresi biasanya mulai terjadi pada umur antara 15 hingga 30 tahun, dan lebih sering terjadi pada perempuan [5]. Berdasarkan data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa di Indonesia depresi sudah mulai terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun dengan prevalensi sebesar 6,2%. Dari hasil Riskesdas 2018 tersebut menunjukkan bahwa gangguan depresi dapat terjadi mulai pada masa remaja [6]. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika menunjukkan bahwa prevalensi terjadinya depresi pada remaja meningkat beberapa tahun terakhir, yaitu dari 8,7% di tahun 2005 menjadi 11,3% di tahun 2014 [7].

Remaja merupakan kelompok umur yang rentan mengalami depresi. Hal tersebut dikarenakan remaja harus menyesuaikan diri dengan banyak hal, sehingga banyak masalah yang harus dihadapi remaja. Apabila masalah yang dihadapi tidak terselesaikan, maka sangat memungkinkan munculnya perasaan kecewa, tidak berharga, serta menganggap diri sendiri adalah orang gagal dan tidak berguna. Kondisi tersebut jika terus berkelanjutan akan menimbulkan depresi pada remaja [8]. Depresi pada remaja lebih sulit dikenali dibandingkan dengan depresi pada anak-anak [9]. Gejala depresi pada remaja sedikit berbeda dengan gejala depresi pada orang dewasa. Gejala depresi pada remaja biasanya ditandai dengan kecemasan, rasa marah, dan kecenderungan menghindari interaksi sosial. Selain itu adanya perubahan pola pikir dan pola tidur juga merupakan tanda umum terjadinya depresi pada remaja. Depresi pada remaja sering terjadi bersamaan dengan masalah kesehatan

mental lainnya, seperti *attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD)* atau gangguan kecemasan [5]

Beck Depression Inventory (BDI) merupakan suatu alat berupa instrumen kuesioner yang digunakan untuk mengukur dan evaluasi tingkat depresi. Evaluasi dan pengukuran tersebut dilakukan pada populasi normal dan psikiatris. Pada awal mulanya, kuesioner tersebut dikembangkan pada tahun 1961 oleh Beck *et al.* yang kemudian pada tahun 1978 mengalami revisi sampai dengan pada tahun 1996 kuesioner tersebut direvisi menjadi BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*). Kuesioner BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*) telah dilakukan penerjemahan menjadi beberapa bahasa termasuk dalam bahasa Indonesia serta penggunaan kuesioner tersebut tidak memiliki ketergantungan pada tingkat depresi tertentu [10]

Depresi pada remaja dapat berakibat pada munculnya perilaku antisosial yang berpengaruh pada kehidupan di lingkungan sosial [11]. Fenomena tersebut layak dijadikan kajian penelitian mengenai tingkat depresi remaja di Banyuwangi. Penelitian tersebut dilakukan di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Banyuwangi dengan responden penelitian adalah seluruh pengurus OSIS di sekolah tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat depresi remaja berdasarkan jenis kelamin dengan menggunakan instrumen BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan *total population* sebanyak 51 orang dari total siswa pengurus OSIS.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner penelitian yang disesuaikan dengan skala BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*), dimana kuesioner tersebut terdiri dari 21 pernyataan. Setiap pernyataan yang harus dijawab oleh responden sesuai dengan kondisi dirasakan selama 2 minggu terakhir. Penelitian dilakukan pada Maret 2019 di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Banyuwangi dengan subyek penelitian adalah siswa pengurus OSIS SMK PGRI 1 Giri Banyuwangi. Dalam pengambilan data disertai dengan pengisian *Informed Consent* (IC) oleh subyek penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh pengurus OSIS di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Banyuwangi. Data dari hasil kuesioner penelitian diolah dan dianalisis menggunakan frekuensi untuk mendapatkan gambaran tingkat depresi pada siswa pengurus OSIS SMK PGRI Banyuwangi menurut jenis kelamin. Dimana variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat depresi dan jenis kelamin. Total skor dari pengukuran tingkat depresi menggunakan kuesioner BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*) dikategorikan menjadi 4 kategori tingkat depresi, yaitu skor 0-9 kategori tidak depresi, skor 10-16 kategori tingkat depresi ringan, skor 17-29 kategori tingkat depresi sedang, dan skor 30-63 kategori tingkat depresi berat [12]. Oleh sebab itu, semakin tinggi total skor pernyataan yang dimiliki responden maka semakin tinggi pula tingkat depresi yang dirasakan.

HASIL

Berdasarkan hasil penilaian tingkat depresi siswa menggunakan instrumen kuesioner berdasarkan skala BDI-II (*Beck Depression Inventory II*), diperoleh tingkat

depresi subyek penelitian dalam kategori tingkat depresi normal, ringan, dan sedang. Seperti pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Kategori Tingkat Depresi

Kategori Tingkat Depresi	Frekuensi	Persentase (%)
Berat	0	0
Sedang	8	15,7
Ringan	16	31,3
Tidak Depresi	27	53
Total	51	100

Sumber : Data primer tahun 2019

Tabel 1 menunjukkan tingkat depresi pada siswa berdasarkan total skor BDI-II. Hasil menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat depresi berat sebanyak 0%. Pada kategori depresi sedang menunjukkan sebanyak 15,7% atau 8 orang siswa. Pada kategori depresi ringan menunjukkan hasil sebanyak 31,3% atau 16 orang siswa. Sementara itu, sebanyak 53% siswa termasuk kategori tidak mengalami depresi.

Hasil penelitian menggunakan instrumen kuesioner BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*) menghasilkan kategori tingkat depresi menurut jenis kelamin berikut ini :

Tabel 2. Kategori Depresi Menurut Jenis Kelamin

		Kategori Depresi									
		Berat		Sedang		Ringan		Tidak depresi		Total	
		n	%	n	%	n	%	n	%	N	%
Kategori Jenis Kelamin	Laki-Laki	0	0	5	41,7	2	16,6	5	41,7	12	100
	Perempuan	0	0	3	7,7	14	35,9	22	56,4	39	100

Sumber : Data primer tahun 2019

Tabel 2 menunjukkan bahwa siswa berjenis kelamin laki-laki yang tidak mengalami depresi (normal) sebanyak 41,7%, sedangkan siswa yang mengalami tingkat depresi ringan sebanyak 16,6% dan tingkat depresi sedang sebanyak 41,7%. Tidak ada siswa laki-laki yang mengalami tingkat depresi berat (0%). Sementara itu, siswa pengurus OSIS berjenis kelamin perempuan yang tidak mengalami depresi (normal) adalah sebanyak 56,4%. Sedangkan siswa yang mengalami tingkat depresi ringan sebanyak 35,9% dan tingkat depresi sedang sebanyak 7,7%, serta tidak ada siswa yang mengalami tingkat depresi berat (0%). Angka tersebut menunjukkan adanya perbedaan tingkat depresi pada pengurus OSIS pada kelompok laki-laki dan perempuan

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya remaja yang mengalami depresi. Kondisi sesuai dengan pendapat Praptikaningtyas *et al* yang menyatakan bahwa depresi adalah suatu gangguan yang dapat dialami oleh remaja akibat adanya perubahan dari

segi psikologis, biologis, maupun sosial. Dalam masa remaja terjadi perubahan dalam kehidupan [12]. Perubahan tersebut mendorong remaja untuk menyesuaikan dengan lingkungan baru. Remaja diharuskan untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Apabila seorang remaja tidak mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan peran barunya maka berdampak pada sifat kelabilan pada diri remaja. Sifat lain yang dapat dirasakan oleh remaja apabila tidak mampu untuk menyesuaikan diri adalah depresi dan frustrasi [13]. Perubahan kehidupan dari berbagai segi tersebut datang secara bersamaan masa remaja. Remaja dituntut untuk dapat beradaptasi terhadap adanya perubahan tersebut untuk dapat melanjutkan kehidupan. Ketidakmampuan remaja dalam beradaptasi dengan perubahan kehidupan tersebut dapat memicu timbulnya frustrasi. Terjadinya frustrasi tersebut cenderung membuat remaja semakin sulit untuk menerima kenyataan perubahan kehidupan yang terjadi. Hal tersebut dapat berdampak remaja mengalami depresi secara perlahan, baik itu depresi ringan hingga depresi berat. Dalam melakukan adaptasi atau penyesuaian diri tersebut remaja membutuhkan dukungan dari orang tua maupun orang-orang sekitar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja di SMK 10 November Semarang yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian memiliki tingkat depresi ringan sebesar 80,0%. Tingginya angka tersebut berhubungan dengan pola asuh orang tua terhadap siswa ($p=0,000$). Pola asuh yang diberikan orang tua memberikan dampak pada perbedaan tingkat depresi pada siswa [3]. Hal tersebut membuktikan bahwa peran orang tua penting untuk mendukung dan

mendampingi remaja dalam penyesuaian diri menghadapi perubahan yang terjadi.

Adanya perbedaan tingkat depresi antara siswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMAN 1 Salatiga. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 10,3 % siswa laki-laki dan 22,9% siswa perempuan menunjukkan adanya gejala depresi. Adanya perbedaan tingkat depresi pada remaja laki-laki dan perempuan merupakan keadaan yang mungkin terjadi. Sebab pada masa tersebut seorang remaja belajar untuk membuat keputusan dalam hidupnya [14]. Hal tersebut dapat dimaknai bahwa siswa perempuan lebih rentan untuk mengalami depresi dibandingkan dengan siswa laki-laki. Ada perbedaan tingkat depresi pada siswa perempuan dan siswa laki-laki tersebut dapat dipengaruhi berbagai faktor. Salah satu faktor yang mungkin dapat mempengaruhi hal tersebut adalah perkembangan fisik dan kematangan dalam membuat keputusan.

Depresi merupakan suatu kondisi gangguan mental pada seorang individu yang memiliki dampak secara psikis. Terutama pada remaja yang notabene masih memiliki kondisi psikis yang labil. Depresi dialami oleh remaja adalah puncak dari adanya semua perasaan bersalah, perasaan marah, perasaan tidak berarti dan tidak diinginkan. Depresi yang berat menjadi salah satu penyebab terjadinya bunuh diri [15]. Sementara itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zychinski dan Polo pada tahun 2012 menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan negatif antara tingkat depresi dan prestasi akademis. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketika tingkat depresi rendah, maka prestasi yang diperoleh

tinggi [16]. Penelitian serupa juga menunjukkan hasil adanya hubungan negatif dan sempurna antara tingkat depresi dan prestasi akademis pada remaja. Hal tersebut berarti ketika tingkat depresi rendah, maka akan memperoleh prestasi akademis yang tinggi. Dari hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa depresi pada remaja memiliki dampak pada prestasi akademis yang diperoleh [12].

Depresi yang terjadi pada remaja juga berdampak pada munculnya perilaku antisosial. Seseorang yang mengalami gangguan depresi, faktor resiko untuk mengalami gangguan perilaku antisosial adalah 10 kali lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang tidak mengalami depresi [11]. Sudah jelas bahwa adanya depresi pada remaja berdampak pada kemungkinan besar siswa tersebut mengalami gangguan perilaku antisosial, sehingga mempengaruhi sikap remaja tersebut dalam lingkungan sosialnya. Dengan adanya dampak demikian dari depresi yang terjadi pada remaja, perlu adanya upaya penanganan depresi pada remaja. Salah satu upaya penanganan depresi pada remaja adalah intervensi psikososial, yaitu *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Depresi pada remaja mengalami penurunan yang bermakna setelah mendapatkan intervensi berupa *Cognitive Behavior Therapy* [9]. Intervensi dengan *Cognitive Behavior Therapy* ini dapat menjadi salah alternatif untuk menangani depresi pada remaja supaya kondisi depresi pada remaja dapat berangsur-angsur berkurang dan tidak menjadi semakin parah, sehingga dampak dari depresi pada remaja dapat dicegah.

KESIMPULAN

Hasil pengukuran depresi pada remaja di Banyuwangi menggunakan kuesioner

BDI-II (*Beck Depression Inventory-II*) menyatakan bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan tidak mengalami depresi serta beberapa mengalami depresi ringan dan sedang. Depresi pada siswa memiliki dampak pada prestasi akademis siswa dan munculnya gangguan perilaku antisosial. Pada depresi kondisi terberat dapat berdampak pada terjadinya bunuh diri.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Dianovinina K. Depresi Pada Remaja : Gejala dan Permasalahannya. *J Prikogenesis*. 2018;6(1):69–78.
- [2]. Qahtani A A, Qahtani N A. Prevention of Depression : A Review of Literature. *J Depress Axienty*. 2017;6(4):1–6.
- [3]. Davidson GC, Fajar N, Kring AM, Neale JM. Psikologi Abnormal. 9th ed. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2010.
- [4]. WHO. Depression and Other Mental Common Disorders : Global Health Estimates. World Health Organization; 2017.
- [5]. Bhowmik D, Kumar KPS, Srivasta S, Pasvan S, Sankar Dutta A. Depression – Symptoms, Causes, Medications, and Therapies. *Pharma J*. 2012;1(3):37–51.
- [6]. Balitbang Kemeskes RI. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. Balitbang RI; 2018.
- [7]. Mojtabai R, Olfson M, Han B. National Trends in The Prevalence and Treatment of Depression in Adolescents and Young Adults. *Pediatrics*. 2016;138(6):1–10.
- [8]. Wuon AS, Bidjuni H, Kallo V. Perbedaan Tingkat Depresi Pada Remaja Yang Tinggal di Rumah Dan Yang Tinggal Di Panti Asuhan Bakti Mulia Karombasan Kecamatan Wanea Manado. *E-J Keperawatan E-Kp*. 2016;4(2):1–8.
- [9]. Florensa F, Keliat BA, Wardani IY. Peningkatan Efikasi Diri dan Penurunan Depresi Pada Remaja Dengan Cognitive Behavior Therapy. *J Keperawatan Indonesia*. 2016;19(3):169–75.
- [10]. Jackson-Koku G. Questionnaire Review Beck Depression Inventory. *Occup Med*. 2016;66(2):174–5.
- [11]. Baskoro MDP. Hubungan Antara Depresi Dengan Perilaku Antisosial Pada Remaja Di Sekolah. *Artikel Karya Tulis Ilm Univ Diponegoro*. 2010;
- [12]. Praptikaningtyas AAI, Wahyuni AAS, Aryani LNA. Hubungan Tingkat Depresi Pada Remaja Dengan Prestasi Akademis Siswa SMA Negeri 4 Denpasar. *J Medika Udayana*. 2019;8(7):1–5.
- [13]. Safitri Y, Hidayati E. Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Depresi Remaja Di SMK 10 November Semarang. *J Keperawatan Jiwa*. 2013;1(1):11–7.
- [14]. Desi D, Felita A, Kinasih An. Gejala Depresi Pada Remaja di Sekolah Menengah Atas. *Care : J Ilmiah Ilmu Kesehatan*. 2020;8(1):30–8.
- [15]. Mallo H, Ronda D. Analisis Faktor Penyebab Utama Kecenderungan Bunuh Diri di Kalangan Remaja Yang Berusia 15-17 Tahun Di Makassar. *J Jaffray*. 2010;8(1):35–43.
- [16]. Zychinski KE, Polo AJ. Academic Achievement and Depressive Symptoms in Low-Income Latino Youth. *J Child and Family Study*. 2012;21:565–77.