

HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA SISWA KELAS XII IPA DI SMA NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2019

Novia Annur Shabilla

Abstrak

Depresi adalah gangguan mood yang menyebabkan *distress* sehingga memengaruhi perasaan, cara berfikir, dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Kejadian depresi pada remaja mengalami peningkatan yang signifikan selama satu dekade terakhir. Salah satu faktor risiko depresi pada remaja adalah adanya tekanan terus-menerus yang memicu terjadinya stres, dimana salah satunya adalah stres akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan tingkat depresi pada siswa remaja kelas XII IPA. Jenis penelitian ini merupakan analitik observasional dengan desain penelitian potong lintang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 68 orang. Pengambilan data dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan dengan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) dan *Patient Health Questionnaire-Adolescents* (PHQ-A). Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat stres akademik sedang hingga tinggi sebanyak 39 orang (57,4%) dan stres akademik rendah sebanyak 29 orang (42,6%), serta sebanyak 35 orang (51,5%) mengalami depresi ringan. Hasil analisis bivariat dengan uji *chi square* menunjukkan terdapat hubungan antara stres akademik dengan tingkat depresi pada siswa kelas XII IPA ($p = 0,005$). Hasil analisis multivariat regresi ordinal menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dimensi keputusan terhadap tingkat depresi pada siswa kelas XII IPA ($p = 0,031$). Siswa dengan tingkat keputusan yang tinggi memiliki kecenderungan 0,292 kali (OR) lebih besar untuk mengalami depresi. Stres akademik yang dialami oleh siswa harus diberi perhatian khusus dan ditangani sejak awal supaya tidak memengaruhi timbulnya kejadian depresi pada siswa. Pemahaman mengenai mekanisme coping dan teknik manajemen stres yang tepat perlu diberikan untuk para siswa.

Kata Kunci : Depresi, Stres Akademik, Remaja, Depresi Siswa

RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS WITH LEVEL OF DEPRESSION ON SCIENCE PROGRAM STUDENTS GRADE XII AT SMA NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN IN 2019

Novia Annur Shabilla

Abstract

Depression is a mood disorder that causes distress and affects feeling, thought and daily activities. The prevalence of adolescent depression has increased significantly in a decade. One of the risk factors of adolescent depression is the presence of continuous pressure that may cause stress, which includes academic stress. This study aims to determine the relationship between academic stress with level of depression in adolescents, particularly on science program student grade XII. This study was an observational analytic study using cross-sectional research design. The study was conducted at SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan. The samples whom participated in this study were 68 respondents and simple random sampling techniques were used. The data was collected by using Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) and Patient Health Questionnaire-Adolescents (PHQ-A) questionnaire. The result of this study showed that there were 39 students (57.4%) with medium to high academic stress and 35 students (51.5%) had mild depression. Bivariate analysis by chi square showed that there was a relationship between academic stress with students' level of depression ($p = 0.005$). Multivariate analysis by ordinal regression showed that despondency domain affected students' level of depression ($p = 0.031$). Students with high level of despondency were 0.292 times (OR) more likely to develop depression. Adolescents with academic stress must be given special attention in order not to affect the occurrence of students' depression. An understanding of appropriate coping mechanisms and stress management techniques needs to be given to the students.

Keywords : Depression, Academic Stress, Adolescents, Student Depression