

BAB I PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya (Indonesia. Undang-Undang, 2014). Depresi merupakan gangguan jiwa yang ditandai dengan kehilangan minat atau kesenangan, suasana hati yang tertekan, perasaan bersalah, harga diri yang rendah, konsentrasi yang rendah, penurunan energi, dan gangguan tidur atau nafsu makan. Depresi adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius serta penyebab utama tindakan bunuh diri (WFMO, 2012).

Setiap tahunnya angka kejadian depresi dan insidensi bunuh diri akibat depresi menunjukkan angka yang tinggi. Sekitar 80% penderita depresi mempunyai ide bunuh diri, 2-4% pernah melakukan percobaan bunuh diri, dan 15% penderita depresi meninggal bunuh diri. Di wilayah Asia, sebanyak 5,1% dari populasi perempuan mengalami depresi dan 3,8% dari populasi laki-laki mengalami depresi (WHO, 2017). Berdasarkan penelitian Persatuan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia/PDSKJI, sekitar 62% masyarakat Indonesia mengalami depresi tingkat ringan sampai berat (PDSKJI, 2020).

Depresi juga merupakan salah satu pusat perhatian masalah kesehatan di kalangan mahasiswa fakultas kedokteran. Angka kejadian depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran pada salah satu universitas di Indonesia menunjukkan angka

sebesar 33,3%. Angka prevalensi kejadian depresi terbanyak pada mahasiswa kedokteran adalah saat tahun pertama masa perkuliahan, yakni 33,7% dari seluruh mahasiswa yang mengalami depresi (Idham, 2019). Kejadian depresi yang tinggi pada mahasiswa kedokteran disebabkan oleh stresor berupa jadwal yang padat serta beban belajar. Stresor lain bisa bersumber dari kehidupan akademik terutama dari tuntutan harapannya sendiri dan tuntutan eksternal. Mahasiswa kedokteran yang memilih fakultas kedokteran dikarenakan tuntutan orang tua juga memiliki risiko besar untuk mengalami depresi (Prasetya & Basoeki, 2020). Kondisi ini akan berbeda pada individu yang memiliki faktor protektif yang baik, yaitu resiliensi dan spiritualitas.

Pandemi Covid-19 merupakan keadaan tidak biasa yang menjadi salah satu stresor tambahan pada mahasiswa fakultas kedokteran. Covid-19 adalah tantangan luar biasa bagi kesejahteraan setiap manusia secara global (Wu *et al.*, 2020). Penyebaran Covid-19 ke berbagai negara di dunia telah menyebabkan berbagai efek negatif. Efek negatif pandemi bisa dihubungkan dengan tantangan yang dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran seperti perubahan prosedur pembelajaran dan ujian secara daring, pelatihan keterampilan mendadak, termasuk interaksi dengan teman sejawat. Perubahan ini menciptakan hambatan pelatihan keterampilan serta mengakibatkan peningkatan waktu menatap layar. Semua perubahan tersebut akhirnya akan memberatkan kesehatan emosional dan mental mahasiswa (Desky, 2021).

Makhluk hidup beserta lingkungannya bersifat dinamis, ialah bahwa selalu terjadi hubungan pada kedua komponen tersebut sehingga membuat perubahan. Lingkungan memengaruhi kehidupan manusia serta manusia dipengaruhi oleh

Chintia, 2022

HUBUNGAN ANTARA SPIRITUALITAS DAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

lingkungan hidupnya (Effendi *et al.*, 2018). Hubungan tersebut mengakibatkan perlunya kesehatan mata sebagai upaya kesehatan dalam bentuk spesifik yang dilakukan guna mewujudkan derajat kesehatan mental serta fisik yang optimal dalam lingkungan mata, baik di lingkungan darat, udara, maupun laut guna beradaptasi terhadap lingkungan yang serba berubah. Permenkes Pasal 5 No. 1 Tahun 2013, menyatakan bahwa lingkup penyelenggaraan kesehatan mata meliputi peningkatan kemampuan adaptasi, pengendalian risiko kesehatan, dan pengurangan potensi risiko kesehatan. Berdasarkan pemahaman ini maka diupayakan usaha-usaha peningkatan kemampuan masyarakat secara fisik dan mental agar dapat beradaptasi terhadap perubahan lingkungan. Novel coronavirus memengaruhi kesehatan mental seseorang karena setiap orang dituntut untuk beradaptasi dalam keadaan yang terus berganti. Resiliensi yang baik menjadi faktor protektif stres karena seseorang yang resilien mampu beradaptasi serta menghadapi segala tantangan (Oktavia & Muhopilah, 2021) (Sood, 2020).

Resiliensi dalam proses belajar disebut resiliensi akademik yang merupakan sebuah proses yang mencerminkan ketangguhan dan kekuatan mahasiswa untuk mampu bangkit dari peristiwa emosional yang negatif saat menghadapi kesulitan yang mengganggu kegiatan belajar. Seorang yang resilien dapat bangkit dari desakan atau keadaan yang tidak membahagiakan kehidupannya (Cesar *et al.*, 2019). Konflik dapat muncul dalam diri mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah dan apabila tidak mampu mengatasi konflik tersebut maka akan mengakibatkan ketidakmampuan menghadapi segala tuntutan tugas sebagai mahasiswa serta memutuskan untuk menghindari tuntutan-tuntutan tersebut atau kemunduran dalam berprestasi (Ranchin, 2017).

Chintia, 2022

HUBUNGAN ANTARA SPIRITUALITAS DAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

Faktor-faktor individual mahasiswa merupakan hal yang dapat mendorong mahasiswa untuk mempunyai resiliensi akademik, seperti memiliki harga diri, empati, kontrol diri, motivasi dan kemampuan yang baik dalam *problem-solving*, tingginya optimisme serta memiliki visi dan misi yang jelas dalam bidang akademik. Visi dan misi yang jelas dalam bidang akademik tersebut merupakan aspek dari spiritualitas (*spiritual intelligence*). Spiritualitas seseorang sangat memengaruhi kemampuannya dalam mengatasi setiap tantangan akademik (Samul, 2020).

Mahasiswa memiliki kemampuan lebih baik dalam menghadapi tantangan apabila memiliki spiritualitas yang baik. Penelitian Pustakasari (2014) menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara spiritualitas dengan resiliensi yang menolong seseorang saat menghadapi stres serta memberikan perlindungan saat menghadapi stres maupun depresi (Pustakasari, 2014). Mahasiswa dengan spiritualitas baik akan menciptakan perasaan nyaman dan tenang, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan coping, optimisme, dan harapan. Hal-hal tersebut sejalan dengan karakteristik seseorang yang resilien (Azwan *et al.*, 2015). Spiritualitas merupakan kecerdasan seseorang untuk mengatasi permasalahan *value* atau makna. Beberapa aspek dalam spiritualitas, yaitu keterhubungan dengan diri sendiri, orang lain dan alam serta dengan Tuhan YME, kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, kemampuan bersikap fleksibel, kualitas hidup berdasarkan visi dan nilai-nilai, berpikir secara holistik, menjadi pribadi yang mandiri, serta kemampuan untuk menghadapi rasa sakit (Koper *et al.*, 2019).

Hubungan antara resiliensi dengan depresi telah beberapa kali diteliti sebelumnya, salah satunya adalah penelitian Amanda (2019) di Fakultas Psikologi UGM. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh sebesar 46,9% terhadap tingkat depresi pada mahasiswa (Amanda, 2019). Sementara itu, penelitian hubungan antara spiritualitas dengan depresi pada mahasiswa belum pernah dilakukan sebelumnya tetapi hubungannya dengan kesehatan mental mahasiswa telah beberapa kali dibuktikan. Penelitian yang dilakukan Arung & Aditya (2021) di Universitas Pelita Harapan yang menunjukkan bahwa spiritualitas berhubungan dengan *subjective well being* yang termasuk kesehatan mental mahasiswa (Arung & Aditya, 2021). Namun demikian, belum terdapat penelitian dalam 5 tahun terakhir di Indonesia yang meneliti hubungan antara spiritualitas dan resiliensi dengan tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara spiritualitas dan resiliensi dengan tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis menetapkan rumusan masalah sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara spiritualitas dan resiliensi dengan tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara spiritualitas dan resiliensi dengan tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tingkat spiritualitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berdasarkan skor *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES).
- b. Mengetahui gambaran tingkat resiliensi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berdasarkan skor *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) .
- c. Mengetahui gambaran tingkat depresi menurut *Beck Depression Inventory* (BDI-II) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- d. Mengetahui hubungan antara spiritualitas dan resiliensi dengan tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai resiliensi dan spiritualitas sebagai faktor yang dapat berpengaruh terhadap tingkat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta sehingga dapat menjadi landasan dilakukannya penelitian selanjutnya dengan tema yang serupa.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai faktor yang memengaruhi tingkat depresi sehingga responden memiliki pengetahuan serta kesadaran untuk mencegah terjadinya depresi.

b. Bagi Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta

Hasil penelitian ini dapat menambah daftar kepustakaan di universitas dan dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi tingkat depresi.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi sarana untuk memperdalam pengetahuan di bidang kesehatan jiwa mengenai faktor risiko depresi pada mahasiswa.