

Artikel_Pub_Depresi_RL_turnitin-1736947653281

by By Turnitin

Submission date: 15-Jan-2025 08:31PM (UTC+0700)

Submission ID: 2564603026

File name: Artikel_Pub_Depresi_RL_turnitin-1736947653281.docx (33.15K)

Word count: 1779

Character count: 10689

DEPRESI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) PASCA PANDEMI COVID-19

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 telah berdampak signifikan pada kesehatan mental remaja, terutama di kalangan siswa kelas akhir. Beberapa penelitian menemukan bahwa gejala depresi di kalangan siswa kelas tujuh meningkat dua kali lipat selama pandemi (Myers et al., 2022), dan tambah memburuk setelah pandemi (Goldstein M.D., Mark A., and Goldstein, 2024). Peningkatan depresi dan kecemasan terdapat pada remaja, dengan gejala bertahan hingga tahap akhir pandemi (Cochran et al., 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO), depresi menjadi salah satu penyebab utama penyakit dan cacatan kalangan remaja di dunia. Diperkirakan 10-20% remaja diseluruh dunia mengalami kondisi kesehatan mental, namun masih kurang terdiagnosis dan belum mendapat pengobatan (WHO, 2019). 36,8% remaja melaporkan depresi berat selama *lockdown*, menyoroti perlunya intervensi yang ditargetkan untuk siswa Sekolah Menengah Atas (Madalaimuthu, 2022).

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 di Indonesia, prevalensi depresi pada penduduk umur 15-24 tahun mencapai 6,2% (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Sekitar 33% remaja Indonesia mengalami depresi (Azriel, J. T., &

Darmady, I. S., 2023). 59,5% remaja perempuan melaporkan tekanan psikologis, karena perubahan pola tidur dan dinamika sosial (Sitohang, 2023). 60% remaja juga melaporkan gejala yang terkait dengan pengalaman intimidasi (Suandana, et al., 2024).

Depresi remaja di Indonesia diperburuk oleh berbagai faktor yaitu psikososial, bullying, stigma, dan pandemi COVID-19 (Azriel, J. T., & Darmady, I. S., 2023; Suandana, et al., 2024). Dampak pandemi pada kesehatan mental juga memiliki efek jangka panjang. Jika depresi tidak segera diatasi akan meningkatkan risiko ide bunuh diri, sehingga memerlukan dukungan berkelanjutan dan strategi intervensi untuk remaja (Paunova-Markova et al., 2023; Riziana KF., et al., 2023).

Salah satu Guru SMA di Kendal, menceritakan bahwa sebagian besar siswa kelas akhir pasca pandemi kurang bersemangat dan pesimis dalam menempuh Ujian Akhir. Hal ini berbeda dengan siswa sebelumnya, dimana belum ada pandemi. Dari fenomena diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai gambaran Depresi siswa SMA pasca pandemi COVID 19. Maka dari itu peneliti merumuskan masalah “Bagaimana gambaran depresi siswa

SMA pasca pandemi COVID 19?'. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran depresi remaja Depresi siswa SMA pasca pandemi COVID 19.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Tempat penelitian yaitu di salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kabupaten Kendal, Jawa Tengah pada bulan Oktober tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA kelas XII yang berjumlah 36 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling maka diperoleh sampel 36. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) dengan mengambil 14 item skala depresi yang diadopsi dari kuesioner penelitian Dita Cahayatiningsih dkk pada tahun 2022.

Variabel dalam penelitian hanya ada satu yaitu depresi siswa SMA kelas akhir pasca pandemi COVID 19. Depresi siswa SMA kelas akhir pasca pandemi COVID 19 merupakan suatu kondisi kejiwaan umum yang ditandai dengan suasana hati rendah dan hilangnya minat dalam aktivitas yang terus-menerus dan mengganggu fungsi sehari-hari. Cara

Berdasarkan pada tabel diatas mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 siswa (69.4%) dan sisanya sebanyak 11 siswa berjenis kelamin laki-laki (30.6%). Sebagian besar siswa berusia 17 tahun yaitu sebanyak 25 siswa (69.4%) dan 33 siswa memiliki *handphone android* atas nama sendiri (91.7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi DASS Skala Depresi

DASS	N(%)
3 Normal	27 (75.0)
Depresi ringan	6 (16.7)
Depresi sedang	3 (8.3)

ukur Depresi yaitu dengan menghitung jumlah skor skala Depresi pada kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang terdiri dari 14 item yang secara khusus berfokus pada depresi.

Hasil ukur skala depresi diinterpretasikan dengan kategori sebagai berikut: normal (0-9), ringan (10-13), sedang (14-20), parah (21-27), sangat parah (>28). Metode pengumpulan data mencakup 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan tahap akhir. Analisis data yang digunakan untuk mendistribusikan hasil adalah analisis deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden
(N= 36)

Karakteristik	n	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	30,6
Perempuan	25	69,4
Umur		
16 Tahun	1	2,8
17 Tahun	25	69,4
18 Tahun	9	25,0
20 Tahun	1	2,8
Kepunyaan Android		
Ya	33	91,7
Tidak	3	8,3

Total	36 (100.0)
-------	------------

Tabel tersebut menunjukkan distribusi DASS Skala Depresi, dimana sebagian besar siswa berada pada tingkat skala normal sebanyak 27 siswa (31.3%). Sebanyak 6 siswa berada pada tingkat depresi ringan (16.7%) dan 3 siswa berada pada tingkat depresi sedang (8.3%).

Tabel 3. Distribusi Jawaban Responden (n=36)

Pernyataan	Tidak Pernah		Kadang		Sering		Sangat sering	
	f	%	f	%	f	%	f	%
1. Aku sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif	13	36.1	19	52.8	2	5.6	2	5.6
2. Aku sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan	15	41.7	20	55.6	1	2.8	0	0
3. Aku merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan	26	72.2	5	13.9	5	13.9	0	0
4. Aku merasa sedih dan tertekan	8	22.2	23	63.9	5	13.9	0	0
5. Aku merasa aku kehilangan minat dalam segala hal	17	47.2	17	47.2	2	5.6	0	0
6. Aku merasa bahwa aku tidak berharga sebagai seorang manusia	22	61.1	11	30.6	3	8.3	0	0
7. Aku merasa bahwa hidup tidak bermanfaat	30	83.3	5	13.9	1	2.8	0	0
8. Aku tidak merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang aku lakukan	20	55.6	15	41.7	1	2.8	0	0
9. Aku merasa putus asa	10	27.8	23	63.9	3	8.3	0	0
10. Aku tidak merasa antusias dalam hal apapun	14	38.9	19	52.8	3	6.3	0	0
11. Aku merasa bahwa aku tidak berharga	29	80.6	6	6.7	1	2.8	0	0
12. Aku merasa bahwa tidak ada harapan untuk masa depan	34	94.4	2	5.6	0	0	0	0
13. Aku merasa bahwa hidup tidak berarti	32	88.9	4	11.1	0	0	0	0
14. Aku merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif melakukan sesuatu	5	13.9	27	75.0	4	11.1	0	0

Berdasarkan tabel 3, pernyataan 1, 2, 4, 9, 10, dan 14 dapat diketahui bahwa Sebagian besar siswa cenderung dalam rentang jawaban kadang-kadang. Pada pernyataan 3, 6, 7, 8, 11, 12, dan 13 diketahui bahwa mayoritas siswa cenderung dalam rentang jawaban tidak pernah. Pada pernyataan 5 yang menyatakan bahwa “Aku merasa aku kehilangan minat dalam segala hal” menjawab tidak pernah dan kadang-kadang masing-masing sebanyak 17 siswa. Terdapat 2 siswa yang memberikan jawaban sangat sering pada pernyataan “Aku sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.”

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden berusia 16-20 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Infodatin, 2012). Sebagian besar

responden berusia 17 tahun (69.4%) dan masuk dalam kategori remaja akhir. Remaja akhir (17-19 tahun) adalah tahap akhir yang mengarah pada transisi ke masa dewasa, dengan fokus pada pembentukan identitas dan perencanaan masa depan (Banspach, SW, et al., 2016). Masa remaja juga fase perubahan

hormonal, perubahan hubungan sosial yang membuat remaja memiliki persepsi yang berbeda dengan orang dewasa (Purbaningsih, 2019).

Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (69.4%), sisanya berjenis kelamin laki-laki (30.6%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya, dimana faktor yang berkontribusi terhadap depresi terutama pada remaja adalah perbedaan gender dimana remaja laki-laki yang tertinggi (Sarfika et al., 2023). Di Inggris, remaja laki-laki mengalami peningkatan 31%, sementara perempuan hanya menunjukkan peningkatan 13% dalam depresi pada pertengahan pandemi, kembali mendekati tingkat pra-pandemi pada akhir pandemi (Wright et al., 2024). Berbeda dengan penelitian Danzo, et al, dimana peningkatan prevalensi 42,9% depresi di kalangan remaja perempuan selama pandemi (Danzo et al., 2024).

Sebagian besar (91,7%) siswa memiliki *handphone android* atas nama sendiri, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana penggunaan media sosial yang berlebihan juga berkorelasi dengan peningkatan kecemasan dan depresi. Remaja yang memiliki paparan media sosial yang berlebihan melaporkan tingkat depresi yang lebih tinggi selama pandemi (Sarfika et al., 2023). Remaja yang lebih aktif di media sosial akan menerima kelebihan informasi dan paparan informasi yang salah. Konektivitas konstan ini dapat memperburuk perasaan cemas dan depresi pada remaja terutama selama pandemi COVID-19 (Khairiri. A., Mahendra. A. I., et al. 2022).

Pengetahuan tentang depresi

yang terbatas juga berkontribusi pada stigma, membuat remaja enggan mencari bantuan. Sebuah penelitian menemukan korelasi negatif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan stigma (Sarfika, et al., 2024). Gaya pengasuhan, seperti pendekatan otoriter atau permisif, dan kondisi sosial-ekonomi, termasuk ketidakstabilan keuangan, secara signifikan berdampak pada kesehatan mental remaja (Yulianti et al., 2024). Bullying juga prediktor kuat gejala depresi di kalangan remaja, serta pengalaman masa kanak-kanak yang merugikan menjadikan lebih rentan (Suandana et al., 2024).

Temuan yang diperoleh dari analisis menunjukkan bahwa peserta menunjukkan depresi ringan pada tingkat 16,7% dan depresi sedang pada tingkat 8,3%. Manifestasi depresi mencakup rasa kesenangan yang berkurang, persepsi kegagalan, kecenderungan kritis terhadap diri sendiri, ketidakmampuan untuk terlibat dalam keadaan tenang, dan keragu-raguan. Contoh kegagalan di kalangan remaja dapat muncul, terutama ketika seorang siswa diberi tugas yang, jika berhasil diselesaikan, akan menghasilkan efek menguntungkan pada individu. Sebaliknya, dalam situasi di mana siswa mengalami kegagalan, mereka cenderung mengalami perasaan tidak puas, gangguan psikososial, dan volatilitas emosional yang semuanya dapat berujung pada gangguan depresi (Mujahidah & Listiyandini, 2018). Remaja yang menganggap diri mereka gagal beradaptasi dengan lingkungan mereka dapat menghadapi dampak negatif pada pertumbuhan dan lintasan perkembangan mereka (Pratiwi et al.,

2020).

Kesenangan atau kenikmatan berfungsi sebagai prinsip emosional mendasar yang melekat pada kemanusiaan. Respons emosional penting ini sangat penting karena mereka memiliki kapasitas untuk membentuk pola perilaku saat ini dan masa depan (Pratiwi et al., 2020). Pengalaman berkurangnya kesenangan di kalangan remaja diklasifikasikan sebagai salah satu gejala yang bermanifestasi dalam depresi remaja.

Remaja yang menunjukkan kecenderungan kritis terhadap diri sendiri seringkali tidak memiliki regulasi emosional yang memadai, yang membuat mereka cenderung memahami keadaan emosional orang lain (empati efektif) sebagai lebih jelas, sehingga menimbulkan tekanan pribadi yang menumbuhkan pengalaman emosional negatif. Kesulitan pribadi ini dapat menyebabkan remaja menjadi terjerat dalam emosi negatif orang lain, berdampak buruk pada kesejahteraan emosional mereka sendiri dan meningkatkan kerentanan terhadap depresi (Mujahidah & Listiyandini, 2018).

Persepsi ketidakberartian di antara remaja yang menganggap diri mereka kurang utilitas menunjukkan kecenderungan evaluasi diri negatif (harga diri). Harga diri remaja dapat berkorelasi dengan berbagai faktor, termasuk kemahiran akademik, kompetensi sosial, dan penampilan fisik (Srisayekti, W., Setyadi, DA, & Santioso, 2015).

Meskipun ada beberapa bukti pemulihan gejala depresi saat sekolah

tatap muka dilanjutkan, konsekuensi kesehatan mental jangka panjang dari pandemi tetap menjadi perhatian, terutama bagi kelompok rentan. Pemerintah, pendidik, dan masyarakat perlu menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental remaja serta menyediakan sumber daya yang diperlukan untuk pemulihan dan pertumbuhan (Bintang, A. Z., & Mandagi, A. M, 2021).

Prevalensi dalam penelitian ini menjadi kelemahan karena hanya dilakukan pada kelas XII saja, sehingga tidak dapat menggambarkan kondisi remaja secara keseluruhan pada remaja Sekolah Menengah Atas di Kendal yang lainnya.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden siswa SMA berada pada tingkat depresi ringan (16.7%) dan depresi sedang (8.3%) berdasarkan kuesioner DASS.

pentingnya untuk mengembangkan program intervensi yang menyeluruh, melibatkan kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan komunitas guna memberikan dukungan emosional dan akses ke layanan kesehatan mental remaja.

ORIGINALITY REPORT

12%
SIMILARITY INDEX

10%
INTERNET SOURCES

3%
PUBLICATIONS

2%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 pdfs.semanticscholar.org 7%
Internet Source

2 repository.urecol.org 1%
Internet Source

3 text-id.123dok.com 1%
Internet Source

4 Elinda Juniwati Sijabat, Dudut Tanjung, Emil Salim. "Aromaterapi Lemon terhadap Intensitas Mual Muntah Pasien Kanker Pasca Kemoterapi", Journal of Telenursing (JOTING), 2024 <1%
Publication

5 download.garuda.ristekdikti.go.id <1%
Internet Source

6 Hendy Lesmana, Santi Tambunan, Ahmat Pujianto, Maria Imaculata Ose, Darni Darni, Hasriana Hasriana. "Analisis Faktor Kepatuhan Mobilisasi Dini Pasien Kritis", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024 <1%
Publication

7

ojs.stikesylpp.ac.id

Internet Source

<1 %

8

publish.ojs-indonesia.com

Internet Source

<1 %

9

Nura Safira Afifa. "Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Akhir Nasional", Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2020

Publication

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

Artikel_Pub_Depresi_RL_turnitin-1736947653281

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5
