

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Depresi merupakan masalah kesehatan mental yang sangat penting saat ini, mempengaruhi produktivitas dan memberikan dampak negatif yang luas bagi individu, komunitas, dan lingkungan. Ini berasal dari cara pandang yang salah terhadap situasi, khususnya yang negatif. Menurut WHO, depresi ditandai oleh suasana hati yang rendah secara terus-menerus, kehilangan minat dalam kegiatan, rasa bersalah yang berlebihan, gangguan tidur dan nafsu makan, kelelahan, serta kesulitan berkonsentrasi. Seringkali, ini merupakan respons alami terhadap harapan yang tidak terpenuhi, seperti kehilangan atau perubahan hidup yang signifikan. Namun, bagi sebagian orang, depresi lebih terlihat sebagai kekosongan yang dalam ketimbang kesedihan. (Bjornlund, 2010).

Di Amerika Serikat, depresi merupakan penyebab kematian keenam. Secara global, lebih dari 300 juta orang menderita depresi, dengan peningkatan prevalensi sebesar 18% antara tahun 2005 dan 2015, menurut Organisasi Kesehatan Dunia. Di Indonesia, sekitar 14 juta orang berusia 15 tahun ke atas—9,8% dari kelompok usia ini—mengalami gangguan mental emosional, termasuk kecemasan dan depresi. (RISKESDAS, 2018).

Depresi dapat menyerang semua usia, termasuk mahasiswa. Sebagai kelompok remaja yang sedang memasuki tahap dewasa awal, mahasiswa sering

menghadapi kecemasan dan kesedihan selama periode transisi ini, terutama jika tidak mampu menghadapinya dengan baik (Karthikason G, Setyawati L. 2017). Pelajar adalah individu yang terdaftar di lembaga pendidikan tinggi seperti universitas, perguruan tinggi, atau politeknik untuk menempuh pendidikan formal. (Hartaji, Damar A. 2012).

Transisi ke pendidikan tinggi seringkali menjadi tantangan besar bagi mahasiswa, terutama bagi mereka yang jauh dari orang tua. Mereka harus belajar mengelola hidup mandiri dan beradaptasi dengan lingkungan, teman, aktivitas, dan budaya baru. Perbedaan kemampuan adaptasi dapat memicu konflik dan masalah emosional seperti kecemasan dan depresi. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat depresi lebih tinggi pada mahasiswa, baik di awal maupun akhir semester, akibat tekanan yang mereka hadapi. (Susilowati, Hasanat. 2011).

Pada tahun pertama, mahasiswa mengalami perubahan kebiasaan belajar, hubungan sosial dengan teman baru, dan perpisahan dari keluarga, yang semuanya merupakan tantangan besar dalam proses penyesuaian diri (Mahajan. 2010). Untuk memilih perguruan tinggi yang diminati dengan tempat tinggal yang jauh sehingga mahasiswa harus tinggal sendiri dan jauh dari orangtua sehingga menyebabkan depresi. Merasa hidup sendiri dan tidak ada dukungan dari orang-orang disekitar baik keluarga, lingkungan dan teman. (Krisdianto, Mulyanti. 2015). Penelitian ini menunjukkan bahwa tinggal jauh dengan orangtua menyebabkan resiko depresi dibandingkan dengan tinggal bersama orangtua (Amelia. 2016).

Tingkat depresi tinggal dengan orangtua dan tingkat depresi jauh tinggal dengan orangtua perlu di teliti karena faktor dukungan keluarga, ekonomi dan secara klinis (Givens, Tjia. 2009). Berbagai faktor, seperti perubahan lingkungan sosial dan budaya, tuntutan akademik, serta kesulitan beradaptasi dengan gaya

hidup baru, berkontribusi pada tingkat depresi di kalangan mahasiswa kedokteran (Martasari, Ediati. 2018).

Mengingat pentingnya peran dukungan sosial dalam mengatasi depresi, secara emosional mahasiswa lebih stabil jika tinggal dengan orang tua dibandingkan dengan tinggal di kost. Dengan demikian hal ini menjadi ketertarikan bagi peneliti untuk melakukan penelitian tingkat depresi diantara kedua faktor tersebut..

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana perbandingan tingkat depresi antara mahasiswa kedokteran yang tinggal dengan orang tua dan yang tinggal sendiri?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan tingkat depresi antara mahasiswa kedokteran yang tinggal dengan orang tua dan yang tinggal sendiri.

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. **Bagi Mahasiswa:** Memberikan wawasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mental mahasiswa kedokteran, serta memberikan informasi tentang pentingnya dukungan sosial dalam mengurangi tingkat depresi.
2. **Bagi Institusi Pendidikan:** Memberikan informasi bagi institusi pendidikan tentang pentingnya memperhatikan faktor psikologis mahasiswa, terutama di program studi yang memiliki tuntutan akademik tinggi seperti kedokteran.
3. **Bagi Peneliti Lain:** Memberikan dasar bagi penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran.

