

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan institusi pendidikan keagamaan yang memiliki ragam bentuk dan karakteristik yang beragam (Wahidah, 2019). Selain menjadi tempat untuk belajar agama dan membentuk karakter, pondok pesantren juga berfungsi untuk meningkatkan kesehatan mental (Mardhika & Beti Malia Rahma Hidayati, 2019). Proses pendidikan di pondok pesantren menekankan kemandirian santri dan santriwati dalam berbagai aspek, mulai dari kebutuhan dasar seperti makan dan minum, mencuci pakaian hingga kemandirian dalam belajar (Sanusi, 2012). Para santri, baik laki-laki maupun perempuan, berasal dari beragam latar belakang keluarga dan pendidikan. Santriwati yang sebelumnya telah menempuh pendidikan di lembaga keagamaan atau pernah tinggal di pondok pesantren umumnya lebih mudah menyesuaikan diri dengan kehidupan mandiri yang menjadi ciri khas lingkungan pesantren. Namun, santriwati yang berasal dari sekolah umum atau swasta mungkin menghadapi tantangan dan memerlukan lebih banyak bimbingan dari pengasuh pondok pesantren. Untuk memperoleh dukungan sosial yang memadai, santriwati perlu menunjukkan sikap terbuka dalam menerima bantuan, motivasi, serta kepedulian dari individu di lingkungan sekitarnya (Rizal et al., 2020). Pengasuh pondok pesantren memegang peranan penting dalam mengurangi risiko depresi yang mungkin dialami

santriwati, sehingga dibutuhkan hubungan saling percaya dan timbal balik antar mereka (Marwa, 2016).

Selain itu, para santri dan santriwati juga tengah menghadapi tantangan masa pubertas, mengingat mayoritas dari mereka berada dalam rentang usia remaja awal, yaitu antara 12 hingga 15 tahun). Salah satu cara untuk menjaga kesehatan mental dan mencegah depresi di kalangan remaja adalah dengan adanya dukungan sosial. Menurut penelitian oleh Rahmayanti dan Rahmawati (2018), remaja paling banyak mendapatkan dukungan dari orang tua dan anggota keluarga terdekat, karena keluarga adalah tempat utama bagi perkembangan remaja, baik dalam aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Dukungan sosial yang diterima membuat remaja merasa diperhatikan. Dalam fase pertumbuhan mereka yang sering disebut pencarian identitas, mereka mudah dipengaruhi oleh banyak hal. Dengan memiliki tempat untuk berbagi perasaan dan masalah, remaja dapat terhindar dari situasi yang membuat masalah semakin parah dan perilaku menyimpang. Dukungan sosial yang sesuai dari berbagai pihak seperti keluarga, teman, atau pasangan dapat memberikan dampak positif bagi individu.

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (2020), gangguan kesehatan mental mengalami peningkatan sebesar 16% terhadap total beban penyakit dan cedera secara global pada kelompok usia 10 hingga 19 tahun. Sebagian besar gangguan mental yang muncul pada masa dewasa sebenarnya berawal sejak usia sekitar 14 tahun. Namun demikian, banyak kasus yang luput dari deteksi dini dan tidak mendapatkan penanganan medis yang sesuai

Menurut data statistik dari WHO, diperkirakan sekitar 450 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan mental. Dari jumlah tersebut, sekitar 264 juta individu secara global diperkirakan menderita depresi. (WHO, 2019). Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi depresi mencapai angka 6,1% dari total 706.688 individu yang dianalisis dalam penelitian tersebut. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 4% remaja di Ponorogo mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi. Berdasarkan hasil observasi awal di Ponpes *Muhammadiyah Boarding School* Kecamatan Jetis didapatkan bahwa terdapat santriwati yang mengalami gejala depresi ditandai dengan sering menyayat tangannya menggunakan jarum ataupun pisau kecil. Depresi mulai banyak dialami oleh kelompok usia 15 hingga 24 tahun, dengan prevalensi sebesar 6,2% atau setara sekitar 11 juta orang. Seiring bertambahnya usia, maka prevalensi gangguan depresi menunjukkan kecenderungan meningkat. Meningkatnya angka kasus depresi yang muncul sejak masa remaja menunjukkan bahwa fase remaja, terutama pada tahap pertengahan hingga akhir, merupakan periode yang rentan terhadap gangguan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan mental (Hawari Suardiman, 2019).

Remaja mengalami berbagai perubahan dalam fisik, emosi, social, dan kognisi yang dapat memicu beragam masalah kesehatan termasuk depresi. Depresi adalah gangguan emosional yang umumnya ditandai oleh munculnya perasaan sedih yang mendalam, rendahnya rasa harga diri, perasaan bersalah, kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial, gangguan pola tidur,

serta penurunan nafsu makan, penurunan libido, serta hilangnya minat dan kesenangan dalam kegiatan yang biasanya dilakukan (Yusuf, 2016). Berbagai faktor dapat memicu terjadinya depresi, di antaranya adalah aspek biologis, keturunan (genetik), kondisi psikososial, dinamika dalam keluarga, serta pengaruh lingkungan sekitar (David et al, 2018). Tingkat depresi yang tinggi dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya tindakan bunuh diri, karena adanya tekanan yang menyebabkan remaja merasa tertekan. Oleh karena itu, dukungan positif dan pengaturan diri yang baik sangat penting salah satunya berasal dari keluarga (haryanto, 2015 dalam Rahmawati & Rahmayanti, 2019). Kejadian depresi dapat terbantu atau terhambat dengan dukungan social yang ada di sekitar (Mulawarman, 2011 dalam Afirio dkk, 2016).

Depresi tidak dapat disamakan dengan sekadar rasa sedih atau stres ringan yang kerap dianggap sepele, melainkan merupakan gangguan serius yang memerlukan perhatian khusus. Hal ini dapat berdampak pada perilaku seseorang dan mengganggu aktivitas sehari – hari. Sebagian besar santri dan santriwati mengalami kurangnya dukungan sosial. Pengasuh merupakan salah satu pihak yang berperan sebagai sumber dukungan sosial di lingkungan pondok pesantren. Agar dapat merasakan manfaat dari dukungan tersebut, santriwati perlu menunjukkan keterbukaan dalam menerima bantuan, motivasi, serta kepedulian dari individu di sekitarnya (Rizal et al., 2020). Peran pengasuh di pondok pesantren sangat penting dalam membantu menurunkan risiko munculnya gejala depresi pada santriwati, sehingga perlu ada hubungan yang saling percaya dan timbal balik antara mereka (Marwa, 2016). Perbedaan dalam kepribadian santriwati dalam merespons bimbingan dari pengasuh

pondok pesantren menjadi alasan kurangnya dukungan sosial dari. Santriwati yang memiliki sifat introvert cenderung lebih memilih untuk menyimpan perasaannya dan tidak mengungkapkan masalah yang mereka hadapi. Hal ini membuat orang lain atau pengasuh di pondok pesantren tidak dapat membantu mereka menyelesaikan kesulitan yang ada (Edwina Renaganis Rosida & Tri Puji Astuti, 2015). Ketika santriwati mendapatkan dukungan sosial, mereka akan lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan di pondok pesantren dan mengalami masa pubertas dengan lebih baik. Dukungan sosial dari pengasuh pondok pesantren berfungsi untuk menghindarkan santriwati dari perasaan pesimis dan kurang berarti (Widiantoro et al., 2019).

Dalam pandangan Islam, keberadaan ujian hidup termasuk kesulitan mental dan emosional, diakui sebagai bagian dari ketetapan Allah SWT, namun Islam juga menekankan pentingnya kesabaran dan dukungan sesama dalam menghadapi ujian tersebut. Hal ini ditegaskan dalam firman Allah dalam surah Al-Baqarah ayat 155, yang berbunyi:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya:

"Dan sungguh, Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar."

Berdasarkan studi pendahuluan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kejadian Depresi Pada

Remaja di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah Apakah ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kejadian Depresi pada Remaja di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kejadian Depresi pada Remaja di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Dukungan Sosial pada Remaja di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo.
2. Mengidentifikasi Kejadian Depresi pada Remaja di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo.
3. Menganalisis Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kejadian Depresi pada Remaja di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini, peneliti diharapkan dapat memperoleh wawasan yang lebih komprehensif terkait konsep dukungan sosial dan depresi pada remaja, serta memahami bagaimana interaksi antara keduanya dapat berdampak terhadap kondisi kesehatan mental remaja

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi studi-studi selanjutnya yang ingin menggali lebih dalam berbagai faktor lain yang mungkin berkontribusi terhadap hubungan antara dukungan sosial dan tingkat depresi pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat mendorong peningkatan kesadaran remaja agar lebih terbuka dalam menyampaikan kondisi emosional dan perasaan mereka kepada orang-orang terdekat, seperti anggota keluarga maupun teman di lingkungan sosialnya.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan dalam penyampaian edukasi kesehatan, khususnya terkait pentingnya menjaga kondisi kesehatan secara menyeluruh, dengan penekanan pada aspek kesehatan mental.

3. Bagi Institusi

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi atau landasan bagi peneliti selanjutnya dalam melaksanakan studi terkait di masa yang akan datang.

1.5 Keaslian Tulisan

1. Alfino, (2020). “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Angkatan 2018”. Jenis penelitian ini adalah analisis observasional. Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional*, yang mana variabel bebas dan terikat diambil pada satu waktu yang bersamaan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah random sampling. Informasi yang diperoleh secara langsung dari partisipan dilakukan melalui kuesioner yang mengukur dukungan social, yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Sementara itu untuk mengukur depresi digunakan *Beck Depression Inventory*. Dalam penelitian ini analisa data dilakukan menggunakan metode analitik, yaitu dengan uji non-parametrik *Chi Square Test*. Dari penelitian diatas, terdapat persamaan dan perbedaan dengan penulis ini adalah:

- a. Persamaan: terdapat persamaan pada variabel penelitian yaitu meneliti hubungan sosial dengan tingkat depresi, alat pengumpulan data depresi menggunakan skala *Beck Depression Inventory*.
- b. Perbedaan: teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling, kuesioner dukungan sosial menggunakan *Multidimensional Scale of*

Perceived Social Support (MSPSS), tempat penelitian berada di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis.

2. Ritma Detin, Prisilia (2021). “ Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Depresi Pada Remaja “. Penelitian ini ditulis dengan menggunakan metode studi *literature review*. Tinjauan pustaka yang disusun untuk *literature review* dilakukan melalui situs jurnal baik nasional maupun internasional, contohnya *Science Direct*, *Google Scholar*, dan *PubMed*. Metode yang diterapkan untuk menemukan artikel jurnal adalah dengan menggunakan *PICOS Framework*. Penelitian ini menggunakan data sekunder, yaitu data yang diperoleh bukan melalui observasi langsung, melainkan bersumber dari hasil studi atau penelitian yang telah dilakukan oleh pihak lain sebelumnya. Dari penelitian diatas, terdapat persamaan dan perbedaan dengan penulis ini adalah:
 - a. Persamaan: topik penelitian yang sama.
 - b. Perbedaan: menggunakan metode studi *literature review*, strategi yang digunakan menggunakan *PICOS Framework*. tempat penelitian berada di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis
3. Dera Renda, (2022). “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Depresi Pada Remaja Di Yayasan Abadi Bina Mentari Kecamatan Darmaraja Kabupaten Sumedang “. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rumus *product moment*. Jenis penelitian yang dilakukan adalah *Cross Sectional*. Populasinya terdiri dari 67 remaja dan terdapat 34 responden. Metode pengambilan sampel yang diterapkan adalah *purposive sampling*. Untuk mengumpulkan data, digunakan angket dan observasi. Uji

reabilitas menggunakan rumus koefisien *cronbach's alpha*. Dari penelitian diatas, terdapat persamaan dan perbedaan dengan penulis ini adalah:

- a. Persamaan: alat pengumpulan depresi menggunakan skala *Beck Depression Inventory*
- b. Perbedaan: topik penelitian, teknik pengumpulan data menggunakan angket dan observasi, tempat penelitian berada di Ponpes Muhammadiyah *Boarding School* Kecamatan Jetis

