

## GAMBARAN TINGKAT DEPRESI MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS BAITURRAHMAH ANGKATAN 2017

Mutiara Anissa<sup>1</sup>, Resti Rahmadika Akbar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, <sup>2</sup>Bagian Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah  
Koresponding : Mutiara Anissa  
e-mail : mutiaraanissa@fk.unbrah.ac.id

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Depresi adalah gangguan jiwa yang paling sering ditemukan pada populasi umum. Pendidikan kedokteran di Indonesia bertujuan untuk menghasilkan dokter yang sesuai dengan kebutuhan pelayanan kesehatan masyarakat. Proses tersebut menyebabkan mahasiswa kedokteran akan menghadapi berbagai macam stressor seperti beban akademik yang cukup besar, tekanan waktu, penyesuaian dengan lingkungan kampus dan relasi dengan teman sebaya. Apabila paparan stres ini terus berlangsung dalam jangka waktu yang lama makin kondisi ini dapat menimbulkan depresi. Kondisi ini dapat mempengaruhi performa akademik mahasiswa dan kemampuannya sebagai calon dokter umum. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan teknik pengambilan sampel yakni *Consecutive sampling*. Responden penelitian adalah 83 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2017. Responden akan mengisi kuesioner *Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) 21* untuk mengukur gejala depresi. Kuesioner ini telah divalidasi dalam bahasa Indonesia. **Hasil:** Pada penelitian diperoleh bahwa 75,9 % responden adalah perempuan, sebagian besar responden (80,7%) masuk fakultas kedokteran adalah atas keinginan sendiri dan selama masa pendidikan, 90,4% responden tinggal sendiri baik di kosan atau rumah kontrakan. **Simpulan:** Responden paling banyak mengalami gejala depresi dan berada pada tingkat depresi ringan. Berdasarkan hasil atas maka peningkatan atmosfer pendidikan yang mendukung proses pendidikan sangat penting untuk mencegah munculnya depresi pada mahasiswa.

**Kata kunci :** depresi; mahasiswa kedokteran ; stress; kesehatan jiwa

### ABSTRACT

**Background:** Depression is a mental disorder that is mostly found in the general population. Medical education in Indonesia aims to produce doctors based on the needs of public health services. This process causes medical students to face various kinds of stressors, such as a large academic load, time pressure, adjustment to the campus environment, and relationships with peers. If exposure to stress continues for a long period, this condition can lead to depression. If medical students experience depression, this condition can certainly affect their academic performance and their ability to become prospective general practitioners. **Methods:** This research is a descriptive study with consecutive sampling. The research respondents were 83 students of the Faculty of Medicine at Baiturrahmah University Class of 2017. Respondents will fill out the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS) 21 questionnaire to measure depression symptoms. **Results:** In the study, it was found that 75.9% of respondents were women, most of the respondents (80.7%) entered the medical faculty at their own will and during the education period, 90.4% of respondents lived alone either in boarding houses or rented houses. **Conclusions:** This questionnaire has been validated in Indonesian. Respondents experienced the most depressive symptoms and were at the level of mild depression. Based on the above results, a better educational atmosphere that supports the educational process is very important to prevent depression in students.

**Keywords :** depression; medical students, stress, mental health

## 1. PENDAHULUAN

Depresi adalah gangguan jiwa yang paling sering ditemukan pada populasi umum. Prevalensi global depresi semakin meningkat dalam beberapa dekade terakhir. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2020, depresi akan menempati urutan kedua dalam beban penyakit global. Depresi ditandai dengan kesedihan, kehilangan minat atau kesenangan, perasaan bersalah atau rendah diri, gangguan tidur, gangguan nafsu makan, perasaan lelah, dan konsentrasi yang buruk. Pada gangguan depresi yang paling parah, penderita dapat melakukan tindakan bunuh diri dan meningkatkan risiko kematian.<sup>1</sup>

Pendidikan kedokteran di Indonesia bertujuan untuk menghasilkan dokter yang sesuai dengan kebutuhan pelayanan kesehatan masyarakat. Untuk mencapai tujuan tersebut, Fakultas Kedokteran harus mengembangkan kurikulum yang berdasarkan Standar Kompetensi Dokter Indonesia. Proses tersebut menyebabkan mahasiswa kedokteran akan menghadapi berbagai macam stressor seperti beban akademik yang cukup besar, tekanan waktu, penyesuaian dengan lingkungan kampus dan relasi dengan teman sebaya. Apabila individu terpapar stres dalam waktu yang lama, kondisi ini dapat menimbulkan depresi.<sup>2,3</sup>

Tinjauan sistematis dan meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada mahasiswa kedokteran di seluruh dunia adalah sekitar 28%. Prevalensi depresi pada mahasiswa kedokteran Malaysia adalah 33% sedangkan prevalensi depresi pada mahasiswa kedokteran di Pakistan lebih tinggi yaitu 51%. Prevalensi gejala depresi mahasiswa kedokteran di TanjungPura adalah 30,8%, terdiri atas 15,4% depresi ringan, 13% depresi sedang, dan 2,4% depresi berat. Gejala depresi paling banyak ditemukan pada mahasiswa perempuan dibanding mahasiswa laki-laki.<sup>2,4,5</sup>

Risiko depresi semakin meningkat pada mahasiswa perempuan dan mahasiswa tahun akhir studi. Gangguan depresi mempengaruhi area afektif, kognitif, dan fisiologis. Area kognitif meliputi pesimisme, rasa bersalah, sulit konsentrasi, kurang motivasi dan daya nilai yang terganggu. Apabila mahasiswa mengalami kondisi ini tentu dapat mempengaruhi performa akademiknya dan kemampuannya sebagai calon dokter umum. Beberapa penelitian juga memperoleh depresi dapat menimbulkan sinisme yang menurunkan empati mahasiswa kedokteran. Penurunan empati ini tentu akan mempengaruhi profesionalisme seorang dokter.<sup>6</sup>

Berdasarkan data diatas maka pentingnya untuk deteksi dini gejala depresi pada mahasiswa kedokteran. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat depresi mahasiswa kedokteran Angkatan 2017.

## 2. BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan teknik pengambilan sampel yakni Consecutive sampling. Responden penelitian adalah 83 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2017. Responden akan mengisi kuesioner *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS) 21 untuk mengukur gejala depresi. Kuesioner ini telah divalidasi dalam bahasa Indonesia. Hasil akan dihitung dalam total skor dengan interpretasi skor 0-9 (normal), skor 10-13 (depresi ringan), skor

14-20 (depresi sedang), skor 21-27 (depresi berat) dan skor >28 (depresi sangat berat). Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Software SPSS version 20.0.

## 3. HASIL

Penelitian dilakukan terhadap 83 mahasiswa Fakultas Kedokteran Baiturrahmah Angkatan 2017. Karakteristik dasar responden penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah :

**Tabel 1. Karakteristik Dasar Responden Penelitian**

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis kelamin		
Perempuan	63	75,9
Laki-laki	20	24,1
Motivasi masuk fakultas kedokteran		
Keinginan sendiri	67	80,7
Keingina orangtua	16	19,3
Tempat Tinggal		
Sendiri	75	90,4
Bersama orangtua	8	9,6

Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa 75,9 % responden adalah perempuan. Sebagian besar responden (80,7%) masuk fakultas kedokteran adalah atas keinginan sendiri. Selama masa pendidikan, 90,4% responden tinggal sendiri baik di kosan atau rumah kontrakan.

Tingkat depresi responden dapat dilihat pada tabel 2 dibawah :

**Tabel 2. Tingkat depresi responden**

Tingkat depresi	Frekuensi	Persentase
Normal	28	33,7
Ringan	39	47,0
Sedang	14	16,9
Berat	2	2,4
Total	83	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa responden paling banyak mengalami tingkat depresi ringan dan paling sedikit pada depresi berat.

## 4. PEMBAHASAN

Pada penelitian diperoleh 75,9% responden adalah perempuan. Hasil ini sesuai dengan penelitian Nadia di Fakultas Kedokteran Swasta di Pakistan bahwa 74,6% mahasiswa adalah perempuan. Hal ini memperlihatkan bahwa keberadaan perempuan sebagai dokter sudah semakin diterima oleh masyarakat luas, mengingat bahwa baru pada abad ke-19 kehadiran perempuan diterima dalam dunia kedokteran.<sup>1,7</sup>

Sebagian besar responden memilih jurusan kedokteran atas keinginan sendiri. Hal ini sesuai juga dengan penelitian Sari Puspa Dewi, motivasi mahasiswa

tahun pertama FK Universitas Padjajaran Bandung adalah motivasi internal yaitu untuk menolong orang lain yang sedang kesakitan serta untuk dapat terlibat dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat Indonesia. studi. Motivasi memengaruhi mengapa suatu perilaku diawali, tetap dilakukan ataupun dihentikan ataupun pengambilan keputusan. Untuk menjadi seorang dokter yang baik maka diperlukan motivasi untuk dapat belajar secara mendalam dan berkelanjutan.<sup>8</sup>

Responden Sebagian besar tinggal sendiri yang berarti jauh atau terpisah dari orangtua. Hasil serupa diperoleh Gythrie Karthikaso bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Udayana 76% mahasiswa tidak tinggal bersama orangtua.<sup>9</sup>

Pada penelitian diperoleh responden paling banyak mengalami tingkat depresi ringan. Hal ini sesuai dengan penelitian pada mahasiswa kedokteran di TanjungPura adalah adalah yaitu mahasiswa paling banyak mengalami depresi ringan. Kejadian depresi pada mahasiswa kedokteran dapat dipengaruhi oleh faktor seperti jenis kelamin, beban akademik, masalah finansial, kurangnya waktu tidur, paparan terhadap penderitaan dan kematian pasien, dan kekerasan terhadap mahasiswa. Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri dalam bidang pendidikan dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis, salah satunya adalah stress. Stress yang berkelanjutan dan tidak teratasi dapat menyebabkan depresi.<sup>9,10</sup>

Responden pada penelitian lebih banyak perempuan. Perempuan berisiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan laki-laki. Hal tersebut yang menyebabkan lebih banyak mahasiswi yang mengalami depresi. Perubahan kadar hormon estrogen pada perempuan berkontribusi pada kejadian depresi. Perubahan hormonal ini mempengaruhi suasana perasaan melalui jalur aksis HPA ataupun mempengaruhi neurotransmitter serotonin dan adrenalin. Perempuan juga lebih sensitif dan ekspresif dalam mengungkapkan gejala depresi.<sup>11</sup>

Sebagian besar mahasiswa yang mengalami depresi paling banyak ditemukan pada mahasiswa yang tinggal di rumah kontrakan/kost. Hasil dikarenakan tinggal sendiri atau jauh dari pengawasan orangtua. Hasil berbeda didapatkan oleh Putu Emmy bahwa responden yang tinggal di tempat kost belum tentu lebih mudah mengalami stress dibandingkan yang tinggal dengan keluarga. Hal ini dikarenakan di tempat kost banyak teman-teman sebaya yang bisa menolong atau memberikan masukan saat ada masalah di kampus.<sup>12</sup>

Depresi pada mahasiswa kedokteran adalah masalah yang kompleks. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu untuk mengembangkan Program manajemen stress yang menginformasikan siswa tentang efek stress pada fisiologis dan psikologis sehingga mahasiswa dapat merencanakan, memprioritaskan, mengidentifikasi

sumber stress, dan mengatasi stress. Strategi lainnya adalah dengan meningkatkan peran pembimbing akademik dalam mengenali gejala depresi pada mahasiswa.<sup>6,11</sup>

## 5. SIMPULAN DAN SARAN

Prevalensi gejala depresi pada mahasiswa Fakultas kedokteran Baiturrahmah Angkatan 2017 adalah 66,3%. Fakultas Kedokteran hendaknya meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengatasi stress dan meningkatkan peran pembimbing akademik. Mahasiswa yang bermasalah juga jangan malu untuk mendapatkan bantuan apabila mengalami gejala depresi atau masalah psikologis lainnya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan pada Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah dan Ristekdikti sebagai sumber dana dari penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Azad N, Shahid A, Abbas N, Shaheen A, Munir N. Anxiety And Depression In Medical Students Of A Private Medical College. *J Ayub Med Coll Abbottabad*. 2017;29(1):123–7.
2. Sari AN, Oktarlina RZ, Septa T. Masalah kesehatan jiwa pada mahasiswa kedokteran. *J Medula* [Internet]. 2017;7(4):82–7. Available from: <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/medula/article/view/1694/pdf>
3. Nugroho MB. 濟無No Title No Title. *J Chem Inf Model*. 2013;53(9):1689–99.
4. Lim GY, Tam WW, Lu Y, Ho CS, Zhang MW, Ho RC. Prevalence of Depression in the Community from 30 Countries between 1994 and 2014 /692/699/476/1414 /692/499 article. *Sci Rep* [Internet]. 2018;8(1):1–10. Available from: <http://dx.doi.org/10.1038/s41598-018-21243-x>
5. Gan GG, Hue YL. Anxiety, depression and quality of life of medical students in Malaysia. *Med J Malaysia*. 2019;
6. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Medical student distress: Causes, consequences, and proposed solutions. *Mayo Clin Proc*. 2005;80(12):1613–22.
7. Nurhayati E, Respati T, Piliang B. Pilihan Karir Lulusan Program Pendidikan Profesi Dokter Universitas Islam Bandung Tahun 2015. *Glob Med Heal Commun*. 2016;4(2):87.
8. Dewi SP, Arya IF, - A, Achmad TH. Gambaran Motivasi Menjadi Dokter Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran. *J Sist Kesehat*. 2016;1(1):24–9.
9. Karthikason G, Setyawati L. Prevalensi Depresi pada Mahasiswa Semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tahun 2014. 2017;8(2):155–9.

10. Maulina B, Sari DR. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *J Psikol Pendidik dan Konseling J Kaji Psikol Pendidik dan Bimbing Konseling*. 2018;4(1):1.
11. Adriana Patricia Muñoz Zapata LCC. No Title p . *Phys Rev E* [Internet]. 2011;24. Available from: [http://ridum.umanizales.edu.co:8080/jspui/bitstream/6789/377/4/Muñoz\\_Zapata\\_Adriana\\_Patricia\\_Artículo\\_2011.pdf](http://ridum.umanizales.edu.co:8080/jspui/bitstream/6789/377/4/Muñoz_Zapata_Adriana_Patricia_Artículo_2011.pdf)
12. Afrian N, Widayati D, Setyorini D, Akmalafrizal@gmailcom E, Ilmu J, Masyarakat K, et al. No Title *بييب. بثبث* [Internet]. 2017;1(1):1–10. Available from: [http://www.pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi\\_Profil-Kesehatan-Indonesia-2017.pdf%0Ahttp://www.journal.unair.ac.id/filerPDF/KESLING-1-2-08.pdf%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/1](http://www.pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2017.pdf%0Ahttp://www.journal.unair.ac.id/filerPDF/KESLING-1-2-08.pdf%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/1)