

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Antara usia 18 dan 25 tahun, masa dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang berfungsi sebagai peralihan antara remaja dan dewasa yang sangat berbeda dari tahapan perkembangan sebelumnya (Santrock, 2012). Faktanya bagi kebanyakan orang, ada fase transisi yang panjang untuk menjadi dewasa. Masa ini merupakan masa dimana seseorang mulai mengembangkan suatu kehidupan yang mandiri baik secara pribadi maupun ekonomi. Masa ini adalah masa penemuan jati diri dan ber-eksperimen. Berdasarkan pendapat Arnet (dalam Salvia,A 2021) usia 18-29 merupakan tergolong dalam usia *emerging adulthood*.

Berdasarkan tugas perkembangannya, *emerging adulthood* merupakan sebuah periode dimana individu dapat menemukan jati diri yang sebenarnya dan telah mengetahui akan menjadi apa nantinya. *Emerging adulthood* merupakan posisi dimana seorang individu bukan lagi dikatakan sebagai remaja namun belum dapat menjalani tugas perkembangan sebagai orang dewasa (Papalia & Martorell, 2013). Masa *emerging adulthood* merepresentasikan awal yang baru. Suatu kesempatan untuk menemukan peran sosial yang baru (Schulenberg & Zarett, 2006 dalam Papalia & Martorell, 2013), Lewinsohn.

Berdasarkan data WHO tahun 2017, Indonesia tercatat memiliki kasus depresi sebanyak 3,7% dari total penduduk Indonesia atau setara dengan 9.162.886 kasus, negara lain yang memiliki kasus depresi terendah adalah Brunei Darussalam dengan kasus sebanyak 4.0% atau setara dengan 15.195 kasus.

Hawari (2010) menyebutkan bahwa depresi adalah penyebab kematian ke-6 di dunia, di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) sebanyak 6,1% penduduk Indonesia mengidap depresi dan pada tahun 2013 sebelumnya sebanyak 0,8% wanita dan 0,6% laki-laki mencoba bunuh diri. Data Dinas Kesehatan (DinKes) Kota Malang pada tahun 2019 dan 2022 mengenai layanan kesehatan jiwa depresi yang berada di 16 Puskesmas di Kota Malang di dapati hasil yaitu, 18 pelayanan (2019), 49 pelayanan (2020), 136 pelayanan (2021), dan 821 pelayanan (2022). (Radarmalang,2023)

Terdapat dua jenis penyebab yang dapat menyebabkan kecenderungan terjadinya depresi: faktor eksternal dan faktor internal. Struktur neurologis otak (Dobson & Dozois, 2008), hormon (Piccinelli & Wilkinson, 2000), variasi gender (Darmayanti, 2008), perkembangan emosi (Winnicott, 1990), mekanisme koping (dalam Bouteyre, Maurel, & Bernaud, 2007), dan unsur lainnya merupakan contoh faktor internal. Dalam penelitian Tuasikal dan Retnowati (2018), pengaruh eksternal meliputi masalah medis, pola asuh, pengalaman traumatis, dukungan sosial yang terbatas, lingkungan (Asmika et al., 2008). Peneliti dalam penelitian ini berkonsentrasi pada variabel luar, khususnya dukungan sosial yang berpusat pada keluarga, yang berkontribusi terhadap kecenderungan depresi.

Depresi dapat menimbulkan berbagai dampak pada manusia, termasuk dampak negatif terhadap kesehatan fisik, seperti sulit tidur, berkembangnya masalah mental, orang yang kehilangan produktivitas dapat membahayakan orang lain dan dirinya sendiri. Hal ini juga dapat merusak hubungan yang sehat dengan teman, keluarga, dan rekan kerja dengan munculnya perilaku yang merusak seperti adanya tindakan agresivitas dan kekerasan, ketika hidup kehilangan tujuannya, pikiran untuk bunuh diri bahkan mungkin muncul (Dirgayunita, dkk., 2020). Depresi

akan menjadi signifikan secara klinis jika kecenderungan depresi berlanjut dalam jangka waktu yang lama dan gejalanya memburuk serta menjadi lebih kompleks. Depresi berat dapat mengakibatkan episode psikotik, delusi, halusinasi, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri (Corsini dalam Khan, R.I. 2012).

Data terbaru (DetikHealth,2023) Drg R Vensya Sitohang M Epid, Direktur Kesehatan Jiwa Kementerian Kesehatan RI, terdapat 826 orang melakukan percobaan bunuh diri pada tahun 2022 dan 2018, jumlah tersebut meningkat sebesar 6,37% menjadi 772 kasus. Berdasarkan (detikJatim), Kapolres Malang Kota Kumpul Budi Hermanto menyatakan bahwa jumlah kasus bunuh diri di kota tersebut akan meningkat pada tahun 2023. Banyak dari kasus bunuh diri tersebut melibatkan mahasiswa di kota Malang yang diduga mengalami gejala depresi (Aminudin, 2023) .

Depresi menjadi masalah yang parah akibat sejumlah kasus bunuh diri, Mahasiswa Universitas Brawijaya berinisial LD 24 tahun, bunuh diri diduga memiliki penyakit depresi berat dan memiliki bekas luka sayatan ditangannya (CNN Indonesia). Percobaan bunuh diri oleh MN 22 tahun di Jembatan Soekarno-Hatta dikarenakan depresi takut tidak dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu (Detiknews). Kasus di Tlogomas, dilakukan mahasiswa Unitri berinisial FFL 23 tahun diduga bunuh diri karena depresi takut tidak bisa wisuda.

Bagi masa dewasa awal, keluarga merupakan sumber dukungan terdekat. Tanggung jawab orang tua adalah menjaga dan mendukung anak-anak mereka saat mereka tumbuh dan berkembang. Perkembangan emosi orang dewasa awal sangat dipengaruhi oleh orang tuanya, dan hal ini pada gilirannya mempengaruhi perilaku remaja (Arsyam, 2016). Selain membantu dalam mengasuh anak,

keluarga juga penting untuk tahap awal pertumbuhan dan perkembangan orang dewasa.

Dukungan sosial dari anggota keluarga, seperti menunjukkan kasih sayang dan perhatian dengan cara yang berbeda, mungkin sangat bermanfaat dalam menumbuhkan harga diri, ketabahan moral, dan pandangan hidup yang positif, yang semuanya dapat membantu orang mengatasi hambatan dalam hidup dewasa awal (Dariyo, 2003). Depresi juga dapat disebabkan oleh situasi stres dan kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan teman (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Sebagai struktur sosial terkecil, keluarga mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kasus depresi.

Penelitian milik Nurhendarsyah (2022) menunjukkan tingkat depresi seseorang berkorelasi dengan dukungan keluarganya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga tergolong baik, diperoleh sebanyak 38,24% dengan klasifikasi baik. Sedangkan tingkat depresi remaja, diperoleh 41,18% Remaja termasuk ke dalam kategori depresi berat, 38,24% termasuk depresi sedang, 14,70% termasuk depresi ringan, 5,88 termasuk tidak depresi. Kemudian hubungan dukungan keluarga dengan tingkat depresi pada remaja di Yayasan Abadi Bina Mentari Kecamatan Darmaraja Kabupaten Sumedang mempunyai hubungan negatif dan signifikan dengan kategori sangat tinggi. Menurut penelitian (Ghina, 2022), kualitas hidup dan tingkat depresi lansia di Kelurahan Paccinongang berhubungan dengan dukungan keluarga di dapati hasil semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin baik kualitas hidup lansia dan semakin rendah tingkat depresi pada lansia maka semakin baik kualitas hidup lansia.

Komponen terpenting dalam membantu masyarakat dalam memecahkan masalah adalah dukungan keluarga. Dukungan akan meningkatkan rasa percaya diri dan tekad seseorang dalam menghadapi hambatan yang muncul. Tekanan yang dialami seseorang dapat dihindari dengan adanya bantuan. Seseorang yang memiliki dukungan kuat akan memiliki kapasitas yang lebih besar untuk menghadapi dan mengatasi tantangan dibandingkan dengan seseorang yang tidak memiliki dukungan (Taylor, 1995). Pernyataan dari *Commision on the family* (1998, dalam Dolan et al.,2006) memperkuat bahwa dukungan keluarga dapat meningkatkan harga diri, membangun kekuatan keluarga, dan menguatkan setiap individu mendukung pendapat tersebut.

Berdasarkan uraian dan latar belakang yang sudah dipaparkan dilihat pentingnya bagi Dewasa awal untuk mendapatkan dukungan keluarga dalam mengatasi kecenderungan depresinya, hal ini yang membuat peneliti mempunyai ketertarikan untuk melangsungkan penelitian berjudul “Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kecenderungan Depresi Dewasa Awal”.

## **B. Rumusan Masalah**

Permasalahan yang diajukan oleh penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah dukungan keluarga berpengaruh terhadap kecenderungan depresi pada dewasa awal di Kota Malang.?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga berpengaruh terhadap kecenderungan depresi pada dewasa awal di Kota Malang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan agar dapat memberikan suatu pengetahuan baru akan ilmu psikologi yang terkait dengan Dukungan keluarga dan kecenderungan depresi. Dan memberikan tambahan informasi terkait faktor psikologis apa saja yang dapat mempengaruhi kecenderungan depresi pada dewasa awal. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat menyempurnakan literatur yang ada dan berkontribusi pada kemajuan penelitian masa depan di bidang ini.

### **b. Manfaat praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi kepada masyarakat khususnya kepada bagian dari keluarga tentang pentingnya dukungan keluarga itu sendiri untuk kesehatan mental anak atau anggota keluarga lainnya agar hidup sehat dan bebas dari indikasi kecenderungan depresi. serta dapat meningkatkan wawasan mengenai depresi yang terjadi pada dewasa awal, dukungan keluarga bagi dewasa awal,serta pengaruh dukungan keluarga terhadap kecenderungan depresi pada dewasa awal di kota malang.