

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa tingkat akhir menghadapi berbagai tekanan akademik yang dapat berdampak pada kesehatan mental mereka. Tuntutan penyelesaian skripsi, ketidakpastian masa depan, dan persaingan di dunia kerja sering kali menjadi sumber stres yang berkepanjangan. Menurut data dari WHO (2017), prevalensi depresi di Asia Tenggara mencapai 86,94 juta orang, dengan Indonesia menempati urutan kelima dengan prevalensi 3,7%. Studi lain oleh Santoso et al. (2022) di Universitas Brawijaya menunjukkan bahwa 72,5% mahasiswa tingkat akhir mengalami depresi ringan, 10% depresi sedang, dan 17,5% tidak mengalami depresi. Depresi ditandai dengan perasaan sedih mendalam, kehilangan minat pada aktivitas, gangguan tidur, serta pikiran negatif (Indarwati, 2018). Oleh karena itu, kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir perlu mendapat perhatian khusus.

Penanganan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir jika tidak ditangani dengan baik, dampak negatif yang lebih besar dapat terjadi. Depresi yang berlarut-larut dapat menyebabkan penurunan performa akademik, isolasi sosial, bahkan meningkatkan risiko tindakan bunuh diri. Data dari SKI (2023) menunjukkan bahwa 40% penderita depresi memiliki ide untuk bunuh diri, dengan 15% di antaranya mencoba melakukannya. Kasus bunuh diri di Kota Malang pada tahun 2023 meningkat menjadi 25 kasus, termasuk seorang mahasiswa yang mengalami tekanan akademik berat (Aminudin, 2023). Oleh karena itu, intervensi dan dukungan terhadap mahasiswa yang mengalami kecenderungan depresi sangat diperlukan.

Beberapa faktor dapat mempengaruhi tingkat kecenderungan depresi mahasiswa tingkat akhir, termasuk faktor kognitif, genetika, jenis kelamin, serta tekanan akademik (Beck dalam Ryanti, 2024). Studi dari Rhode, Seeley, Klein, dan Gotlib (dalam Auriyani, 2023) menunjukkan bahwa konflik dengan orang tua, minimnya dukungan sosial, serta tekanan akademik yang tinggi dapat meningkatkan kecenderungan depresi. Salah satu faktor penting yang dapat membantu mengurangi risiko depresi adalah dukungan keluarga, yang memberikan rasa aman dan mengurangi tekanan emosional mahasiswa (Friedman dalam Inayati & Hasanah, 2022).

Dalam penelitian ini, Dukungan keluarga memiliki peran krusial dalam membentuk ketahanan mental mahasiswa dan membantu mereka menghadapi tekanan akademik. Menurut Gunawan et al. (2018), bentuk dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, informasi, instrumental, serta penghargaan. Dukungan ini dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dan membantu mereka mengatasi stres yang berlebihan. Penelitian oleh Sari et al. (2016) juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga dapat mencegah stres berkepanjangan dan menurunkan risiko depresi.

Beberapa penelitian sebelumnya telah meneliti hubungan antara dukungan keluarga dan kecenderungan depresi. Studi Ratna & Slametiningsih (2024) menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat depresi pada remaja dengan nilai $P\text{-Value } 0,007 < 0,05$. Penelitian Andriyani et al. (2019) pada lansia juga menemukan bahwa dukungan keluarga berkorelasi negatif dengan tingkat depresi dengan $p\text{-value } 0,015 > 0,05$. Namun, penelitian Suhartanti et al. (2023) di panti jompo Lestari Menganti Kabupaten Gresik tidak menemukan korelasi signifikan antara kedua variabel tersebut ($p =$

0,136 > 0,05). Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan adanya variabel lain yang dapat mempengaruhi hubungan antara dukungan keluarga dan kecenderungan depresi.

Berdasarkan penelitian terdahulu, terdapat kesenjangan dalam hasil temuan mengenai hubungan dukungan keluarga dan kecenderungan depresi. Beberapa studi menunjukkan korelasi negatif yang signifikan, sementara yang lain tidak menemukan hubungan yang berarti. Selain itu, sebagian besar penelitian dilakukan pada remaja dan lansia, sementara studi yang berfokus pada mahasiswa tingkat akhir masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang, yang memiliki tingkat depresi yang cukup tinggi (Santoso et al., 2022; Aminudin, 2024).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan keluarga dan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang. Dengan memahami peran dukungan keluarga dalam menurunkan risiko depresi, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi pencegahan depresi di kalangan mahasiswa serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran keluarga dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir.

B. Rumusan masalah

Dari latar belakang permasalahan sebelumnya, maka penulis menyusun rumusan masalah yang berkaitan untuk dianalisis, yaitu apakah terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir di kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu guna mengetahui apakah adanya hubungan dukungan keluarga dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan pengetahuan dalam kajian ilmu psikologi serta menjadi referensi bagi penelitian lebih lanjut dalam bidang psikologi keluarga dan klinis. Khususnya mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kecenderungan depresi, terkhusus pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan informasi untuk mengkaji lebih dalam lagi di masa yang akan datang mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam mencari informasi mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tingkat akhir.