

**PENGARUH TERAPI KONSELING TERHADAP TINGKAT DEPRESI
DAN KECEMASAN PASIEN DI PUSKESMAS MEKARSARI DIUKUR
DENGAN HASIL PEMERIKSAAN SRQ (*SELF RATING
QUESTIONNAIRE-20*) DAN FORM MINI (*MINI INTERNATIONAL
NEUROPSHYCIATRIC INTERVIEW*)**

Linda Kristian Ningtiyas, Yuly Peristiowati, Agustin Widyowati

ABSTRAK

Depresi dan kecemasan adalah gangguan mental umum dengan prevalensi tinggi di Indonesia. Depresi sering kali terkait dengan keinginan bunuh diri. Kecemasan dapat mempengaruhi kesehatan jiwa dan memiliki gejala dari berbagai aspek. Konseling efektif dalam mengurangi tingkat depresi dengan membantu individu beradaptasi. Alat skrining seperti SRQ-20 (kuesioner) dan MINI (wawancara struktural) digunakan untuk mengidentifikasi gejala gangguan mental. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efek terapi konseling terhadap tingkat depresi dan kecemasan pasien di Puskesmas Mekarsari. Penelitian ini menggunakan desain pre-test post-test one group dalam pendekatan kuantitatif eksperimental semu. Metode penelitian eksperimen digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendali. Kondisi dikendalikan agar tidak ada variabel lain (selain variabel treatment) yang mempengaruhi variabel dependen. Populasi target adalah pasien Puskesmas Mekarsari, dengan 80 responden dipilih melalui purposive sampling berdasarkan hasil SRQ dan MINI. Terdapat 43 responden dalam kelompok intervensi yang menerima terapi konseling dan 37 dalam kelompok kontrol tanpa perlakuan serupa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi konseling efektif dalam mengurangi tingkat depresi. Hasil uji sampel berurutan ($p = 0.000$) atau $p < 0.01$ menunjukkan bahwa terdapat bukti kuat untuk menolak hipotesis nol, menunjukkan bahwa rata-rata skor MINI turun secara signifikan sebelum dan setelah intervensi ($p = 0.000$) atau $p < 0.01$, mendukung kesimpulan bahwa terapi konseling memiliki dampaknya terhadap depresi. Sementara hasil uji paired untuk kelompok kontrol menunjukkan nilai p yang sangat kecil (0.000), kita dapat menyimpulkan bahwa perbedaan antara skor SRQ kelompok kontrol awal dan setelah tiga minggu adalah signifikan secara statistik. Rerata perbedaan negatif (-1.811) menunjukkan bahwa responden yang tidak menerima intervensi memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat depresi dan Tingkat kecemasan pasien di Puskesmas Mekarsari Balikpapan. Penelitian menunjukkan bahwa terapi konseling efektif dalam menurunkan tingkat depresi dan kecemasan, mengubahnya menjadi ringan dari sedang sebelumnya. Kelompok kontrol tanpa intervensi menunjukkan peningkatan di kedua bidang tersebut. Rekomendasi termasuk implementasi program konseling di Puskesmas, edukasi masyarakat, kolaborasi eksternal, evaluasi program, rencana keperawatan terintegrasi, penanganan khusus untuk kelompok rentan, promosi layanan kesehatan mental, protokol penanganan krisis, keterlibatan keluarga, dan advokasi kesehatan mental.

Kata Kunci : Terapi Konseling, Depresi, Kecemasan, SRQ, MINI

The Impact of Counseling Therapy on the Depression Levels of Patients at Mekarsari Community Health Center Measured Through the Results of SRQ (Self Rating Questionnaire-20) Examination and Mini Form (Mini International Neuropsychiatric Interview)

ABSTRACT

Depression and anxiety are common mental disorders with a high prevalence in Indonesia. Depression is often associated with suicidal ideation. Anxiety can affect mental health and manifests in various aspects. Counseling is effective in reducing depression levels by aiding individuals in adaptation. Screening tools such as SRQ-20 (questionnaire) and MINI (structured interview) are used to identify symptoms of mental disorders. This study evaluates the effect of counseling therapy on the levels of depression and anxiety in patients at Community Health Center Mekarsari. The aim is to enrich understanding of the effectiveness of counseling therapy in addressing depression and anxiety and improving mental health services at the primary level. This study uses a pre-test post-test one-group design within a quasi-experimental quantitative approach. The target population consists of patients at Community Health Center Mekarsari, with 80 respondents selected through purposive sampling based on SRQ and MINI results. There were 43 respondents in the intervention group receiving counseling therapy and 37 in the control group without similar treatment. The research findings indicate that counseling therapy is effective in reducing depression levels. Sequential sample tests ($p = 0.000$) or $p < 0.01$ indicate strong evidence to reject the null hypothesis, demonstrating a significant decrease in average MINI scores before and after the intervention ($p = 0.000$) or $p < 0.01$, supporting the conclusion that counseling therapy has an impact on depression. Meanwhile, paired test results for the control group show very low p -values (0.000), leading to the conclusion that the difference between initial and three-week SRQ scores in the control group is statistically significant. A negative mean difference (-1.811) indicates that respondents not receiving the intervention experienced a significant impact on depression levels and patient anxiety at Community Health Center Mekarsari, Balikpapan. The study demonstrates that counseling therapy is effective in reducing depression and anxiety levels, transitioning them from moderate to mild. The control group without intervention showed increases in both areas. Recommendations include implementing counseling programs at the Community Health Center, public education, external collaboration, program evaluation, integrated care plans, special handling for vulnerable groups, mental health service promotion, crisis handling protocols, family involvement, and mental health advocacy.

Keywords: *Counseling therapy, Depression, Anxiety, SRQ, MINI*