

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Depresi merupakan kejadian yang sering terjadi di masyarakat yaitu suatu gangguan mental serius yang ditandai dengan adanya perasaan cemas dan kesedihan, yang diawali dengan tidak diatasinya keadaan stress, hingga seseorang bisa memasuki kedalam fase depresi (Hasanah et al. 2020)

Dengan segala problematika yang terjadi, depresi merupakan alasan bagi seseorang untuk berkeinginan bahkan melakukan tindakan bunuh diri. Hasil penelitian (Friese C, Yang J 2019) didapatkan bahwa usaha bunuh diri (47,80%) diikuti oleh kematian (40,50%) dan ide bunuh diri (11,60%). Di luar negeri sendiri, terdapat beberapa penelitian yang terkait mengenai upaya untuk mengidentifikasi keinginan bunuh diri seseorang. Kecenderungan untuk bunuh diri bisa diketahui lewat tes darah. Para peneliti di Indiana University, menemukan sebuah tes darah yang bisa mengidentifikasi enzim yang terkait dengan perilaku merusak diri sendiri. Enzim yang disebut SAT1 itu dikaitkan dengan kecenderungan bunuh diri pada kelompok pasien yang memiliki gangguan bipolar (gangguan mental yang ditandai naik turunnya mood secara ekstrem). Penelitian yang dirilis dalam jurnal *Molecular Psychiatry* tersebut menandai darah 9 pasien yang memiliki pergeseran mood, yang mendadak memiliki pikiran untuk bunuh diri. Ternyata, pola darah yang sama ditemukan pada 9 korban yang sudah bunuh diri. Meskipun begitu, hingga kini masyarakat Indonesia belum dapat secara optimal mengenali gejala-gejala awal individu yang memiliki indikasi menyakiti diri sendiri tersebut. Padahal, sebelum terjadi bunuh diri, terdapat tanda-tanda awal yang patut diwaspadai bersama.

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI tahun 2019 menyebutkan bahwa di Indonesia *Disability Adjusted Life Year* (DALYs) mengalami peningkatan selama tiga dekade hingga tahun 2017 dan terjadi perubahan pola penyakit mental dimana gangguan depresi tetap menduduki urutan pertama (Handayani and Amini 2021). Menurut Catatan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 prevalensi gangguan depresi

di Indonesia 6,1 % atau sekitar 706.689.(RISKEDAS 2018).

Kecemasan merupakan keadaan perasaan rasa gelisah, kekhawatiran, ketegangan, keraguan, rasa tidak aman, dan rasa takut dari keadaan yang di persepsikan sebagai ancaman yang tidak diketahui sumber aktual. Tanda somatik tersebut yang menyebabkan terjadinya hiperaktifitas dari sistem syaraf otonom. Cemas adalah suatu persoalan di bidang kesehatan jiwa. Kecemasan disebabkan kekhawatiran yang tidak pasti dikarenakan rasa takut dan tidak adanya kemampuan. Gejala khusus yang disebabkan oleh keadaan emosi di atas tidak ada. Cemas mempunyai aspek sehat dan aspek membahayakan. Timbulnya aspek tersebut bergantung pada tingkat dan lamanya waktu terjadinya kecemasan yang dialami, serta usaha individu melakukan koping terhadap cemas.(Annisa & Ifdil, 2016; Rusman, Umar, & Majid, 2021).

Gejala pada gangguan cemas meliputi gejala somatik seperti nafas pendek, denyut jantung meningkat, insomnia, mual, gemetaran, pusing. Gejala otonomik yang muncul seperti nyeri kepala, berkeringat, kekakuan pada dada, jantung berdebar, dan gangguan gastrointestinal ringan. Manifestasi perifer dari kecemasan ditandai dengan adanya diare, pusing, melayang, keringat berlebihan, hiper refleksia, hipertensi, midriasis pupil, gelisah, pingsan, takikardi, rasa gatal pada anggota gerak, tremor, frekuensi urin. Gejala yang terdapat pada setiap individu saat cemas ditemukan bervariasi (Kusuma & Izzah Nur, 2021).

Gejala cemas dari psikologi berupa gejala perilaku, seperti gelisah, menarik diri, bicara cepat, bicara tidak teratur, sikap menghinda; kognitif, seperti konsentrasi hilang, mudah lupa, gangguan perhatian, salah paham, bingung, kesadaran diri yang berlebihan, lapangan persepsi menurun, obyektifitas yang menurun, khawatir yang berlebihan, takut kecelakaan, takut mati; afektif, seperti tidak sabar, neurosis, gugup yang luar biasa, tegang, dan sangat gelisah.(Kusuma & Izzah Nur, 2021; Rusman et al., 2021).

Menurut Undang-Undang RI Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa pada pasal 3 dijelaskan Upaya Kesehatan Jiwa bertujuan menjamin setiap orang dapat mencapai kualitas hidup yang baik, menikmati kehidupan kejiwaan yang sehat, bebas dari ketakutan, tekanan, dan gangguan lain yang

dapat mengganggu Kesehatan Jiwa; kemudian menjamin setiap orang dapat mengembangkan berbagai potensi kecerdasan.

Konseling sendiri merupakan hubungan antara dua individu yaitu konselor dan klien dengan menggunakan metode wawancara yang bertujuan untuk membantu mengatasi masalah klien dalam proses penyesuaian diri terhadap lingkungannya agar klien mengerti diri sendiri dan dapat mengeksplorasi diri sendiri di dalam lingkungan masyarakat. Sesuai dengan teori Prosha dan Diclementi (1998) perubahan perilaku itu sendiri ada beberapa faktor antara lain tahapan perilaku prakontemplasi, kontemplasi, preparasi, aksi dan rumatan. Pada masa prakontemplasi dan kontemplasi, klien belum melakukan persiapan guna berubah. Pada tahap persiapan klien telah mengambil keputusan dan berencana mengubah perilaku meski masih terdapat resistensi. Kekurang mampuan mengambil keputusan sering kali diterjemahkan sebagai denial dan atau resistensi. Konseling dapat membantu untuk mengurangi tingkat depresi pada pasien sesuai dengan aspek yang dikemukakan oleh (Saam 2013a) yaitu konseling sebagai suatu proses untuk mencapai tujuan yang di inginkan klien. Konseling sebagai hubungan terapeutik untuk mencari penyembuhan. Konseling merupakan usaha bantu dalam penyesuaian diri, pemahaman diri, peningkatan kepercayaan, pembentukan perilaku dan peningkatan ketrampilan. Konseling mengarahkan tercapainya tujuan klien dalam memecahkan masalah dan konseling mengarah kemandirian klien agar dapat melakukan kehidupan sehari-hari.

Karakteristik terapi konseling sebagai bantuan perubahan tingkah laku merupakan proses yang aktif dan bereaksi dalam semua situasi yang ada pada klien. Itu berarti bahwa proses perubahan tingkah laku diarahkan pada tujuan dan proses berbuat melalui situasi yang ada pada klien. Ada beberapa teori perubahan tingkah laku berdasarkan pada aliran psikologi yang melandasinya. Hubungan dalam konseling bukan hubungan biasa, melainkan sengaja diciptakan oleh konselor dengan maksud membantu memecahkan masalah yang dihadapi oleh klien. Hubungan yang bersifat membantu ini akan berhasil dengan baik apabila klien percaya sepenuh hati kepada konselor bahwa konselor adalah orang yang tepat bisa mengatasi masalahnya. Tanpa adanya

kepercayaan dari klien terhadap konselor, jangan diharap adanya keterbukaan dari klien tentang permasalahannya kepada konselor. Untuk menciptakan hubungan yang baik, seorang konselor perlu memiliki pengetahuan dan keterampilan berkomunikasi yang baik.

Pada penelitian yang akan dilakukan di Puskesmas Mekarsari Kota Balikpapan menggunakan pengisian barcode yang selama ini telah dilakukan di Puskesmas tersebut. Setelah pengisian barcode oleh pengunjung puskesmas maka akan di screening dan jika angka yang muncul diatas 6 maka menjadi target penelitian yang nantinya juga akan di kategorikan dalam kelompok eksperimen (mendapatkan perlakuan Terapi Konseling) atau kelompok kontrol (Tidak mendapatkan perlakuan Terapi Konseling).

Selain itu salah satu cara untuk dapat menekan tingkat depresi masyarakat sejak dini yakni memberikan edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat dengan penggunaan SRQ (Self Rating Questionnaire-20). SRQ adalah alat ukur atau kuesioner yang digunakan untuk mengevaluasi tingkat gangguan mental atau psikologis pada individu. SRQ-20 dirancang untuk digunakan oleh individu untuk menilai diri sendiri dalam hal gejala-gejala yang terkait dengan masalah kesehatan mental. SRQ-20 terdiri dari 20 pertanyaan atau pernyataan yang dirancang untuk menggaliberbagai gejala yang terkait dengan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, kelelahan, gangguan tidur, dan masalah emosional lainnya. Setiap pertanyaan dapat dijawab dengan "Ya" atau "Tidak" oleh individu yang mengisi kuesioner. Kuesioner SRQ-20 sering digunakan sebagai alat skrining awal untuk mengidentifikasi individu yang mungkin mengalami masalah kesehatan mental. Hasil dari SRQ-20 dapat memberikan indikasi awal tentang adanya gangguan mental atau kebutuhan untuk mendapatkan evaluasi lebih lanjut oleh profesional kesehatan mental.

Self-Reported Questionnaire(SRQ-20) adalah sebuah instrumen skrining atau penapisan terhadap gangguan mental yang terdiri dari 20 pernyataan (Netsereab dkk., 2018). Penggunaan skrining dengan SRQ-20 sangat luas karena mudah digunakan dan membutuhkan waktu yang singkat (Sunjaya dkk., 2022). SRQ-20 dikembangkan untuk skrining gangguan non-psikotik sebagai bagian dari studi kolaboratif WHO

tentang strategi perluasan perawatan kesehatan mental, terutama di negara-negara berkembang (Husain dkk., 2016). SRQ-20 umumnya diisi oleh individu sendiri, di mana mereka merespons pertanyaan-pertanyaan dengan mengacu pada pengalaman dan keadaan diri mereka sendiri. Tujuan perancangan SRQ-20 adalah untuk mengidentifikasi potensi gangguan mental umum maupun spesifik, seperti depresi, kecemasan, dan masalah emosional lainnya (Chua dkk., 2022; Dharmayanti dkk., 2018).

SRQ-20 telah digunakan dalam berbagai penelitian dan konteks klinis sebagai alat awal untuk mengidentifikasi individu yang mungkin memerlukan evaluasi lebih lanjut terkait kesehatan mental mereka. SRQ-20 memiliki lima faktor: energi, kognitif, depresi, fisiologis, dan kecemasan (Prasetio dkk., 2022). Faktor energi mencerminkan beberapa ciri orang yang mengalami penurunan energi fisik dan mental. Faktor kognitif menggambarkan beberapa tanda-tanda mengenai masalah kognitif, seperti penurunan kualitas hasil kerja, kehilangan minat, dan kesulitan dalam mengambil keputusan. Faktor depresi menggambarkan beberapa gejala emosional dan kognitif yang terkait dengan depresi, seperti perasaan tidak bahagia dan merasa tidak berharga, serta pemikiran untuk bunuh diri. Faktor fisiologis dicirikan oleh pengaruh gangguan psikologis pada sistem pencernaan.

Faktor kecemasan menggambarkan beberapa gejala fisik dan psikologis, seperti perasaan tegang atau takut, dan tangan gemeteran. Mengingat tingginya prevalensi gangguan mental, penting untuk memiliki instrumen pengukuran yang akurat dan efektif guna mengidentifikasi gejala gangguan mental. Penggunaan instrumen ini bermanfaat dalam meningkatkan pencegahan dan/atau pengobatan yang dapat segera dilakukan pada individu yang memiliki permasalahan mental, sehingga mereka dapat mengembangkan potensi mereka dengan lebih baik. (Prahastuti 2023)

SRQ-20 berfungsi dapat memberikan edukasi dan Pengetahuan individu memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang gejala-gejala depresi dan masalah kesehatan mental lainnya. Hal ini dapat membantu mereka mengenali tanda-tanda depresi pada diri sendiri atau orang lain, dan bertindak lebih awal untuk mencegah atau mengatasi depresi. (Prahastuti 2023)

Kemudian ada langkah lain dalam meminimalisi tingkat depresi adalah dengan menggunakan metode Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI) yakni sebuah wawancara struktural yang digunakan dalam bidang psikiatri dan psikologi untuk mengevaluasi gangguan mental. Wawancara ini dikembangkan sebagai alat skrining singkat yang memberikan kriteria diagnosis yang diakui secara internasional. MINI dirancang untuk digunakan oleh klinisi yang terlatih, seperti psikiater, psikolog, atau profesional kesehatan mental lainnya. Tujuan utamanya adalah untuk mengidentifikasi keberadaan gangguan mental berdasarkan kriteria diagnostik yang tercantum dalam Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM) atau International Classification of Diseases (ICD).

Wawancara MINI mencakup berbagai domain psikiatri seperti gangguan depresi, gangguan kecemasan, gangguan bipolar, gangguan makan, gangguan tidur, gangguan penyalahgunaan zat, dan gangguan psikotik. Setiap modul MINI terdiri dari serangkaian pertanyaan yang ditujukan untuk mengevaluasi gejala dan tanda-tanda klinis yang relevan dengan gangguan tersebut.

Adapun rujukan penelitian ini diantaranya Pelaksanaan Program *Skrining Self Reporting Questionnaire* (SRQ), metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam pelaksanaan program skrining *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) belum berjalan dengan optimal karena dalam manajemen program skrining masih adanya beberapa kekurangan. Pelaksanaan program skrining *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) terdapat beberapa hambatan yaitu: 1) kurangnya sumber daya manusia yaitu petugas pelaksana skrining, 2) program skrining *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) hanya mengkhususkan untuk calon peserta rehabilitasi medis saja, 3) skrining SRQ tidak dilakukan secara kontinu, 4) pelaporan dari hasil skrining belum sepenuhnya dijalankan dan terkendala pada teknis alur pelaporan.

The Validity of the Self-Reporting Questionnaire-20 for Symptoms of Depression: A Sub- Analysis of the National Health Survey in Indonesia (2022). Penelitian ini bertujuan untuk menilai validitas gangguan mental-

emosional dengan menggunakan kuesioner (SRQ-20) terhadap gejala depresi yang dievaluasi melalui sarana Mini-International Neuropsychiatric. Penelitian ini menggunakan perhitungan sensitivitas, spesifisitas, nilai prediksi positif dan negatif, rasio kemungkinan, karakteristik operasi penerima, kappa Brennan, dan Prediger dengan STATA versi 15.00 untuk menganalisis data. Temuan menunjukkan bahwa SRQ-20 dengan cutoff poin ≥ 6 (titik potong yang telah digunakan oleh NHS) mampu menyaring gejala depresi dan gejala kecemasan, khususnya untuk mendeteksi mereka yang bukan gejala depresi dengan spesifisitas 94,12%. Namun, seseorang dengan skor SRQ-20 < 6 cenderung tidak depresi dan mempunyai gejala cemas. Implikasinya terhadap kebijakan survei di Indonesia di masa depan adalah untuk memungkinkan MINI digunakan menilai gejala depresi seperti survei di India, tetapi jika hal ini tidak memungkinkan maka hasil penelitian ini bisa dapat digunakan sebagai bahan untuk memprediksi laju gejala penyakit depresi pada penduduk Indonesia berusia ≥ 15 tahun.

Berdasarkan fenomena dan uraian diatas, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul **“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 Neuropsychiatric Interview).”**

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka permasalahan dalam penelitian ini adalah :

Dengan menggunakan hasil pemeriksaan SRQ (Self Rating Questionnaire-20) dan Form Mini (Mini International Neuropsychiatric Interview), bagaimana terapi konseling berdampak pada tingkat depresi dan kecemasan pasien di kelompok perlakuan dan kontrol di Puskesmas Mekarsari?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai pada penulisan tesis ini adalah :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh Terapi Konseling terhadap tingkat depresi dan kecemasan pasien di Puskesmas Mekarsari, yang diukur dengan menggunakan Form MINI dan Hasil Pemeriksaan SRQ (Self Rating Questionnaire-20).

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat depresi dan kecemasan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum dilakukan Terapi Konseling di Puskesmas Mekarsari yang diukur dengan Hasil Pemeriksaan SRQ (Self Rating Questionnaire-20) dan Form MINI (Mini International Neuropsychiatric Interview).
- b. Mengetahui tingkat depresi dan kecemasan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah dilakukan Terapi Konseling di Puskesmas Mekarsari yang diukur dengan Hasil Pemeriksaan SRQ (Self Rating Questionnaire-20) dan Form MINI (Mini International Neuropsychiatric Interview).
- c. Menganalisis pengaruh Terapi Konseling Terhadap Tingkat Depresi dan Tingkat kecemasan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol Pasien di Puskesmas Mekarsari yang diukur dengan Hasil Pemeriksaan SRQ (Self Rating Questionnaire-20) dan Form (Mini International Neuropsychiatric Interview).

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pemahaman tentang efektivitas terapi konseling sebagai upaya mengurangi tingkat depresi dan kecemasan pada pasien di Puskesmas Mekarsari. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi pihak terkait untuk meningkatkan pelayanan kesehatan mental di tingkat primer.

1.5 Keaslian Penelitian

Nama	Tahun	Hasil
Angela et al	2008	Hasil perhitungan reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach didapatkan koefisien reliabilitas sebesar .796 dan pengumpulan bukti validitas menggunakan confirmatory factor analysis menunjukkan bahwa SRQ-20 telah memenuhi kriteria model fit
Ryff & Singer	2008	kesejahteraan psikologis ditemukan memiliki hubungan dengan kondisi kesehatan
Liu et al.,	2009	Penelitian pada Pasien di Jepang menemukan bahwa profil kesejahteraan psikologis berhubungan dengan tingkat depresi dan kecemasan
Browne et al	2017	Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berkorelasi signifikan dengan pengontrolan terhadap simptom depresi, dan dapat membantu pemulihan kesehatan mental bagi orang dengan gangguan psikologis
Freire et al	2016	Pasien dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi, cenderung menggunakan tiga strategi penyelesaian masalah yaitu pemaknaan secara positif, mencari dukungan, dan perencanaan