

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Berbagai fenomena mengenai masalah kesehatan mental sering diangkat oleh media akhir-akhir ini, salah satu diantaranya adalah depresi. Pada saat ini, depresi dianggap sebagai gangguan mental yang paling umum ditemukan, serta banyak menyerang usia remaja. Yang dimaksud dengan masa remaja ialah masa yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang mulai terjadi dari umur 10 tahun sampai dengan 13 tahun dan berakhir pada umur 18 sampai dengan 22 tahun (Santrock, 2007).

Sudah terdapat banyak penelitian yang dilakukan untuk mengetahui berapa banyak jumlah remaja yang mengalami depresi. Survei yang dilakukan oleh Avenoli dan Steinberg (dalam Steinberg, 2012) sekitar 25% remaja merasakan munculnya depresi dan 3% dapat digolongkan dalam kategori depresi klinis. Di Indonesia, jumlah remaja yang terkena depresi sudah berada pada angka yang cukup besar. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian Kesehatan tahun 2013 menyebut jumlah penderita gangguan mental emosional seperti kecemasan dan depresi pada penduduk berusia di atas 15 tahun ada di angka enam persen (Kemkes, 2014). Sedangkan berdasarkan data Riskeddas tahun 2018, di Provinsi Jawa Barat prevalensi gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan dan depresi mencapai lebih dari dua juta orang, dari jumlah tersebut dinyatakan banyak penderita yang belum menjalankan proses terapi (Kemenkes, 2018). Yusuf (dalam Detik Health, 2018) menemukan bahwa 30% siswa sekolah di DKI Jakarta mengalami depresi dan 18.6% diantaranya memiliki pikiran-pikiran untuk melakukan bunuh diri.

Hawari (2001) mengungkapkan bahwa depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (*affective/ mood disorder*), yang biasa ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna dan putus asa, serta dapat memberikan dampak pada tiap individu seperti menyebabkan penurunan status

kesehatan, berkurangnya motivasi, emosi, dan kemampuan kognitif yang membuat individu dengan depresi menjadi tidak dapat berfungsi selayaknya individu sehat mental dalam kehidupan sehari-hari. Mardiya (2013) menyatakan remaja yang mengalami depresi akan memiliki gejala seperti merasa putus asa, gairah belajar berkurang, tidak memiliki rasa inisiatif, atau bisa berbanding terbalik menjadi hiperaktif. Neiger (dalam Fitriani & Hidayah, 2012) menyatakan bahwa usia muda, yaitu 15-24 tahun adalah rentang usia yang sangat rentan untuk terkena depresi. Pernyataan ini didukung oleh Matthews (2000) yang menyatakan bahwa masa remaja identik dengan masa yang penuh dengan tekanan karena umumnya pada masa itu remaja memasuki kondisi yang belum pernah dirasakan pada saat masa kanak-kanak dan harus menghadapi tekanan sosial dari lingkungannya. Klerman (dalam Davison, 2018) menambahkan bahwa prevalensi depresi meningkat secara signifikan selama pertengahan hingga akhir abad ke-20, dan pada saat yang sama usia permulaan penderita depresi menjadi semakin muda, fenomena ini disebabkan karena terjadi banyak perubahan dan tuntutan sosial dalam kurun waktu tersebut.

Salah satu perubahan yang umum dialami remaja ialah munculnya tekanan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok atau dinamakan dengan konformitas. Konformitas bersumber dari keinginan remaja untuk mencari jati diri dan memenuhi norma kelompoknya. Penelitian yang dilakukan oleh Chen-Yu dan Seock (2002) mengemukakan bahwa remaja merasa lebih percaya diri dan diterima oleh lingkungan pergaulannya dengan mengikuti tren yang dibuat oleh kelompok. Usia remaja adalah masa di mana individu melakukan pencarian jati diri sehingga remaja mempunyai sikap konformitas yang tinggi terhadap rekan sebayanya (Nurhayati, 2015). Salah satu alasan yang mungkin menyebabkan seseorang menyesuaikan diri dengan orang lain adalah hasrat untuk diterima secara sosial, yang kemungkinan disebut dengan pengaruh normatif. Pengaruh normatif akan terjadi ketika kita mengganti perilaku kita untuk menyesuaikan diri dengan peraturan kelompok atau standar kelompok supaya kita diterima secara sosial, selain itu adanya pengaruh informasi juga mempengaruhi seseorang untuk bersikap konformis agar dapat diterima oleh lingkungan (Taylor, Peplau, & Sears, 2000).

Belum ada penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa konformitas secara langsung dapat menyebabkan depresi, namun permasalahan dapat terjadi ketika konformitas

memberikan tekanan yang tidak dapat ditangani oleh individu remaja. Menurut Schachter (dalam Darley, 1969) alasan remaja mengikuti norma kelompok adalah karena rasa takut yang muncul akibat tekanan yang diberikan oleh kelompok, Pernyataan ini didukung oleh Marheni (dalam Soetjiningsih, 2004) yang mengatakan bahwa remaja yang telah masuk kedalam suatu kelompok pasti merasakan tekanan oleh kelompoknya agar dapat menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok.

Penelitian-penelitian terdahulu menemukan bahwa depresi dapat disebabkan oleh tekanan sosial. Penelitian oleh Wilson (dalam Beck & Alford, 2009) terhadap 12 pasien depresi dan keluarganya menemukan bahwa penderita depresi merasakan tekanan berlebih untuk menyesuaikan diri terhadap perilaku orang tua pada saat mereka berada pada masa kanak-kanak. Penelitian oleh Hankin (2006) menyatakan bahwa kejadian hidup negatif yang menekan merupakan salah satu penyebab individu menjadi rentan terhadap depresi. Menurut Taylor (2006) karakteristik kejadian hidup yang menekan yakni bersifat negatif, tidak dapat dikontrol, dan terlalu membebani. Tekanan sosial yang diterima pada remaja untuk menyesuaikan diri dengan kelompok dapat dianggap sebagai kejadian hidup yang menekan sebab memiliki ciri-ciri yang mengarah pada kejadian hidup yang menekan yakni bersifat negatif dan sulit untuk dikendalikan oleh korban, sehingga dapat menjadi permasalahan karena dapat membuat individu rentan terhadap depresi.

Permasalahan juga dapat terjadi pada remaja yang kurang dapat menyesuaikan diri dengan norma kelompok sehingga timbul berkurangnya dukungan sosial atau penolakan oleh kelompok. Remaja yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap standar atau aturan yang ditetapkan oleh kelompok akan rentan mengalami penolakan sosial dari kelompok tersebut, sedangkan konformitas yang berlebihan cenderung membuat remaja merasa cemas ketika bersikap yang tidak sesuai dengan harapan kelompok (Hurlock, 1999). Menurut Billings (Dalam Davison dkk, 2018) berkurangnya dukungan sosial dapat melemahkan kemampuan individu untuk mengatasi berbagai peristiwa hidup yang negatif sehingga rentan terhadap depresi.

Peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar pengaruh konformitas terhadap depresi pada remaja, untuk itulah peneliti melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Konformitas Terhadap Depresi Pada Remaja." Usia remaja dipilih sebagai subjek penelitian karena

konformitas pada remaja lebih sering ditemui daripada orang dewasa sesuai dengan pemaparan Monks (2011) masa remaja adalah masa pencarian identitas diri, pada masa ini individu cenderung memisahkan diri dari orang tua dan bergerak menuju teman-temannya sehingga cenderung memiliki sikap yang konformis.

1.2 Identifikasi Masalah

Peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Besarnya angka penderita depresi di Indonesia
2. Tekanan sosial untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok dapat menyebabkan depresi

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah, peneliti menetapkan batasan masalah terletak pada pengaruh variabel konformitas terhadap depresi.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran tingkat konformitas pada remaja?
2. Bagaimana gambaran tingkat depresi pada remaja?
3. Apakah ada pengaruh yang signifikan antara konformitas terhadap depresi pada remaja?

1.5 Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat konformitas pada remaja
2. Untuk mengetahui tingkat depresi pada remaja
3. Untuk menguji pengaruh variabel konformitas terhadap depresi pada remaja.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan dan mengembangkan wawasan, informasi, beserta ilmu pengetahuan kepada pihak lain yang berkepentingan.
- b. Sebagai acuan dan pertimbangan bagi penelitian yang selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan gangguan depresi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pembaca diharapkan dapat mengetahui pengaruh konformitas terhadap depresi pada remaja yang mengkonsumsi minuman keras
- b. Bagi Penulis, diharapkan dapat menerapkan ilmu yang diperoleh penulis dan berguna bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

