

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Depresi merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang semakin mendalam dan meresahkan di era modern ini. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa depresi berada pada urutan keempat penyakit di dunia (Amir, 2016 : 1). Fenomena ini ditandai oleh perasaan sedih yang mendalam, hilangnya minat atau kegairahan dalam aktivitas sehari-hari, perubahan berat badan yang signifikan, masalah tidur, peningkatan kelelahan, perasaan bersalah yang berlebihan, dan bahkan pemikiran tentang bunuh diri. Biasanya pasien depresi merasa sedih, sulit tidur, merasa lebih baik pada pagi hari (khas), sangat sedih pada sore dan malam hari, tidak terlihat adanya gejala psikotik namun terlihat tanda-tanda depresi. Fenomena ini tidak hanya memengaruhi individu secara emosional, tetapi juga dapat mengganggu fungsi sosial dan fisik mereka (Alini, 2019). Menurut Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia III menjelaskan bahwa penderita menderita suasana perasaan (*mood*) yang depresif, kehilangan minat dan kegembiraan, dan berkurangnya energi yang meningkatnya keadaan mudah lelah dan berkurangnya aktivitas. Biasanya pun terjadi rasa lelah yang nyata sesudah kerja sedikit saja (Maslim, 2019 : 64).

Jika perwujudan gejala depresi muncul dalam bentuk keluhan yang berkaitan dengan mood, diagnosis depresi dengan mudah diketahui. Namun,

jika gejala depresi muncul dengan keluhan psikomotor atau somatik seperti malas bekerja, lambat, lesu, nyeri ulu hati, sakit kepala terus menerus, depresi yang melatarbelakangi sering tidak terdiagnosis. Gangguan depresi dapat menurunkan kualitas pekerjaan dan hidup individu yang mengalami depresi. Dapat pula mencetuskan, memperlambat atau memberberat fisik. Depresi juga dapat meningkatkan beban pada ekonomi (Amir, 2016 : 6).

Fenomena depresi yang terus meningkat menjadi cerminan dari perubahan-perubahan sosial, ekonomi, dan budaya yang kompleks dalam masyarakat. Faktor-faktor seperti tekanan hidup yang meningkat, perubahan gaya hidup, dan tantangan yang dihadapi oleh masyarakat modern, semuanya berkontribusi pada peningkatan insiden depresi. Depresi dapat dikategorikan menjadi tiga jenis utama, yaitu depresi ringan, depresi sedang, dan depresi berat, dengan masing-masing jenis memiliki ciri-ciri dan tingkat keparahan yang berbeda.

Depresi ringan seringkali datang dan pergi dengan sendirinya. Pada jenis ini, individu mungkin mengalami gejala seperti hati yang berat, perasaan sedih, dan kecenderungan untuk merasa murung. Gejala depresi ringan biasanya berlangsung selama minimal dua minggu berturut-turut. Depresi sedang memiliki tingkat keparahan yang lebih tinggi daripada depresi ringan. Pada jenis ini, mood yang rendah atau perasaan sedih berlangsung terus-menerus, dan individu dapat mengalami gejala fisik seperti gangguan tidur, penurunan nafsu makan, kelelahan, atau masalah konsentrasi. Depresi sedang dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk menjalani aktivitas sehari-

hari dengan baik dan memerlukan perhatian profesional kesehatan mental. Depresi berat merupakan jenis depresi yang paling parah dan mengganggu kehidupan sehari-hari individu secara signifikan. Depresi ini dicirikan oleh perasaan yang sangat dalam tidak berguna, bersalah, dan putus asa. Selain itu, penderita depresi berat sering mengalami gejala fisik yang serius, seperti penurunan berat badan yang signifikan, sakit kepala, gangguan pencernaan, atau rasa tidak enak badan yang konstan. Orang dengan depresi berat cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, kehilangan minat pada aktivitas yang mereka nikmati sebelumnya, dan aktivitas fisik mereka terbatas hingga menjadi hampir tidak ada (Ramadhiani et al., 2022).

Depresi ringan terbagi menjadi dua bagian yaitu depresi ringan tanpa gejala somatik dan depresi ringan dengan gejala somatik. Lalu untuk depresi sedang juga dibagi menjadi dua bagian yaitu depresi sedang tanpa gejala somatik dan depresi sedang dengan gejala somatik. Sedangkan depresi berat dianggap hampir selalu ada gejala somatik. Depresi berat dibagi menjadi dua bagian yaitu depresi berat tanpa gejala psikotik dan depresi berat dengan gejala psikotik (Maslim, 2019 : 64).

Depresi dapat didiagnosa oleh dokter spesialis kesehatan jiwa atau psikiater. Psikiater adalah dokter spesialis yang mendalami diagnosis dan pengobatan gangguan jiwa dan perilaku manusia (Angelica & Yudiarso, 2022). Tugas utama psikiater adalah mendiagnosis kondisi pasien dan memberikan pengobatan berupa resep obat-obatan dan terapi psikologis. Psikiater harus menyelesaikan pendidikan kedokteran umum terlebih dahulu

sebelum melanjutkan spesialisasi psikiatri. Proses diagnosis psikiater dimulai dengan melakukan wawancara mendalam untuk menggali gejala yang dialami pasien. Psikiater juga akan melakukan pemeriksaan status mental dan psikologis pasien.

Depresi lebih sering terjadi kepada wanita dengan perbandingan 2-3 : 1 (Amir, 2016 : 10). Alasan mengapa depresi lebih sering terjadi pada wanita adalah wanita lebih sering menunjukkan gejala internalisasi dan pria menunjukkan gejala eksternalisasi. Wanita juga mengalami bentuk-bentuk spesifik dari penyakit terkait depresi, termasuk gangguan disforik pramenstruasi, depresi pascapersalinan, dan depresi serta kecemasan pascamenopause, yang terkait dengan perubahan hormon ovarium dan dapat berkontribusi pada prevalensi yang lebih tinggi pada wanita (Albert, 2015).

Dalam penelitian ini, peneliti memilih subjek perempuan dibandingkan laki-laki sebagai fokus utama penelitian. Pemilihan ini didasarkan pada beberapa alasan empiris yang kuat. Pertama, berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa depresi lebih sering terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Prevalensi depresi pada perempuan diperkirakan dua hingga tiga kali lebih tinggi daripada pada laki-laki. Alasan utama dari perbedaan ini mencakup faktor-faktor biologis, psikososial, dan hormonal. Perempuan cenderung mengalami perubahan hormonal yang signifikan pada berbagai tahapan kehidupan mereka, seperti selama siklus menstruasi, kehamilan, persalinan, dan menopause, yang dapat meningkatkan risiko depresi.

Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa perempuan lebih sering mengalami gejala internalisasi, seperti perasaan sedih, tidak berharga, dan rasa bersalah yang berlebihan, dibandingkan laki-laki yang cenderung menunjukkan gejala eksternalisasi, seperti perilaku agresif atau impulsif. Gejala internalisasi ini sering kali lebih sulit dikenali oleh orang lain, tetapi memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental individu

Dalam proses penanganan pasien depresi, komunikasi antar pribadi antara psikiater dan pasien memainkan peran krusial di setiap tahapnya. Berdasarkan gejala yang muncul, psikiater akan mendiagnosis jenis gangguan jiwa atau perilaku yang diderita, seperti depresi, kecemasan, skizofrenia, gangguan bipolar, dan lain-lain. Proses diagnosis ini sangat bergantung pada komunikasi antar pribadi, di mana psikiater harus mampu menggali informasi secara mendalam dan akurat dari pasien.

Setelah mendiagnosis, psikiater akan menentukan jenis pengobatan yang tepat. Pengobatan gangguan jiwa dan perilaku terdiri dari terapi psikologis, obat-obatan psikiatri, atau kombinasi keduanya. Terapi psikologis yang sering direkomendasikan psikiater antara lain terapi kognitif perilaku, psikoanalisis, dan psikoterapi antar pribadi (Putri, 2020). Sementara obat-obatan psikiatri yang sering diresepkan meliputi antidepresan, antipsikotik, dan stabilizer mood. Dalam menjelaskan dan memutuskan rencana pengobatan ini, kemampuan komunikasi antar pribadi psikiater menjadi sangat penting untuk memastikan pemahaman dan kepatuhan pasien terhadap *treatment* yang diberikan.

Dalam melakukan pekerjaan, psikiater melakukan proses konseling. Pelaksanaan konseling sebenarnya tidak hanya dilakukan dalam pendidikan saja, melainkan dalam semua bidang kehidupan. Konseling pada bidang kesehatan dilakukan agar membantu pasien yang didiagnosis menderita penyakit berat atau sulit disembuhkan biasanya akan mengalami kecemasan (Rosmalina, 2019).

Pada saat konseling, psikiater akan melakukan komunikasi antar pribadi dengan pasien untuk mengetahui lebih dalam terkait dengan pasien. Komunikasi antar pribadi yang buruk dapat menghambat proses penyembuhan klien/pasien. Oleh karena itu, keterampilan komunikasi antar pribadi yang baik sangat dibutuhkan bagi para konselor dan terapis, termasuk dengan psikiater (Fakhrian & Santosa, 2024).

Komunikasi antar pribadi merupakan bentuk komunikasi yang sangat penting dalam kehidupan manusia sebagai makhluk sosial dan sebagai proses pertukaran informasi di antara dua orang atau lebih secara tatap muka (Suranto, 2019 : 13). Dalam konteks kesehatan, khususnya dalam bidang kesehatan mental, komunikasi antar pribadi memainkan peran krusial dalam hubungan antara dokter dan pasien.

Komunikasi jenis ini memungkinkan para pesertanya untuk menangkap reaksi masing-masing baik secara verbal maupun nonverbal. Agar komunikasi antarpribadi dapat berlangsung efektif, setiap unsur tersebut perlu diperhatikan dengan baik (Putri et al., 2022). Misalnya, pengirim pesan harus memiliki kredibilitas dan keterampilan komunikasi yang baik. Pesan yang

disampaikan juga harus jelas dan sesuai dengan kemampuan penerima pesan. Selain itu, umpan balik yang tepat waktu juga penting untuk menjamin pemahaman yang sama di antara para peserta komunikasi. Dalam dunia kesehatan, dokter tidak luput dalam melakukan kegiatan komunikasi antar pribadi dalam bekerja.

Devito menjelaskan bahwa terdapat lima tujuan utama dalam melakukan komunikasi antar pribadi yaitu untuk mempelajari, untuk berhubungan, untuk memengaruhi, untuk bermain, dan untuk membantu (DeVito, 2022 : 19). Hubungan yang dilakukan oleh dokter dan pasien tentu merupakan hubungan yang membantu. Psikiater melakukan konseling dengan pasien untuk melakukan komunikasi antar pribadi. Komunikasi antar pribadi tersebut penting dilakukan agar membuat pasien menjadi terbuka kepada dokter, memberikan informasi, memberitahu keinginan serta permasalahan yang dihadapi, lalu hal tersebut akan ditanggapi oleh dokter.

Pemilihan Rumah Sakit Universitas Andalas sebagai lokasi penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan akademis yang signifikan. Pertama, Universitas Andalas merupakan salah satu institusi pendidikan tinggi terkemuka di Sumatera Barat dengan reputasi yang kuat dalam bidang kedokteran dan kesehatan mental. Rumah Sakit Universitas Andalas ini dilengkapi dengan fasilitas modern dan staf medis yang berkualitas, termasuk psikiater berpengalaman, yang menjadikannya tempat ideal untuk mengamati praktik komunikasi antar pribadi dalam konteks penanganan pasien depresi.

Kedua, sebagai rumah sakit pendidikan, Rumah Sakit Universitas Andalas menawarkan lingkungan yang unik di mana praktik klinis dan penelitian akademis berjalan beriringan. Wawancara dilakukan dengan dokter spesialis kesehatan jiwa dan beberapa pasien penderita depresi di Rumah Sakit Universitas Andalas.

Berdasarkan wawancara, ditemukan bahwa komunikasi antarpribadi yang dilakukan dokter sangat penting untuk meningkatkan keterbukaan pasien. Pasien yang merasa didengar dan didukung secara emosional lebih mudah untuk membuka diri dan menunjukkan perkembangan dalam proses penyembuhan mereka. Salah satu faktor penting yang teridentifikasi adalah pentingnya keterbukaan antara dokter dan pasien, terutama diiringi dengan rasa empati dari dokter. Dokter yang memberikan dukungan emosional mampu membuat pasien merasa lebih nyaman dalam mengungkapkan masalah mereka. Dari hasil wawancara dengan pasien I, diperoleh:

“Nyaman banget, karena dr. Arasy Nanda itu open banget dan dia itu ngomongnya, pembawaannya itu kayak membawa kita pengen ngomong banyak gitu. Jadi kita nggak ragu buat ngomong sama dr. Nanda.” (Wawancara dengan I pada 1 Agustus 2024)

Kemudian, wawancara dengan pasien C dan M diperoleh:

“Jujur ya, kesulitan, karena konfliknya besar dan banyak, jadi untuk menceritakan secara runut agak susah dan pasti karena dibawa suasana sambil sedih-sedihan.” (Wawancara dengan C pada 30 Juli 2024)

“Saya merasa sangat nyaman berbicara sama dokter karena pembawaannya yang friendly dan misal untuk saya yang agak gagap dalam berbicara itu benar-benar diayomin.”(Wawancara dengan M pada 18 Agustus 2024

Unit analisis dalam penelitian ini adalah interaksi sosial yang terjadi antara dokter spesialis kesehatan jiwa dan pasien perempuan penderita depresi di Rumah Sakit Universitas Andalas. Pemilihan perempuan sebagai fokus penelitian berkaitan erat dengan fakta bahwa perempuan lebih sering mengalami depresi, dan komunikasi antar pribadi antara dokter dan pasien perempuan dapat memberikan wawasan lebih mendalam mengenai pendekatan yang efektif untuk membantu pasien merasa lebih terbuka dan nyaman dalam berbagi pengalaman mereka selama sesi konseling.

Dalam konteks komunikasi antar pribadi, dokter harus menyusun strategi komunikasi yang empatik dan sensitif terhadap kebutuhan emosional pasien perempuan, yang sering kali lebih kompleks dan membutuhkan penanganan yang mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada bagaimana dokter menggunakan pendekatan komunikasi yang sesuai untuk membantu pasien perempuan dalam proses penyembuhan depresi, yang diharapkan memberikan hasil yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan mental mereka.

Dari uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji mengenai komunikasi antar pribadi dokter dan pasien, khususnya Psikiater dalam proses

konseling. Peneliti melakukan penelitian kepada dokter jiwa dan pasien penderita depresi di Rumah Sakit Universitas Andalas.

## 1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, didapatkan bahwa depresi merupakan masalah kesehatan mental yang perlu untuk dipahami dan diketahui serta ditangani.

Hal tersebut bisa dilakukan dengan dilaksanakannya komunikasi antar pribadi dokter dan pasien. Komunikasi antar pribadi yang merujuk pada bagaimana dokter dan pasien penderita depresi melakukan komunikasi dalam proses konseling termasuk cara dokter tersebut melakukan komunikasi antar pribadi agar pasien lebih terbuka untuk menceritakan masalah dan kondisinya serta dokter dapat memberikan solusi kepada pasien.

Penelitian ini berfokus pada dua aspek utama dalam konteks komunikasi antar pribadi antara dokter spesialis kesehatan jiwa dan pasien penderita depresi. Fokus pertama adalah mengidentifikasi bagaimana dokter spesialis kesehatan jiwa membangun komunikasi yang efektif dengan pasien selama sesi konseling. Komunikasi yang tepat sangat penting dalam membangun kepercayaan antara dokter dan pasien, terutama bagi pasien depresi yang cenderung tertutup. Penelitian ini mengeksplorasi strategi yang diterapkan oleh dokter dalam mendorong keterbukaan pasien, serta upaya yang dilakukan untuk menciptakan hubungan yang nyaman dan mendukung selama sesi konseling di Rumah Sakit Universitas Andalas. Fokus kedua adalah menelaah bagaimana pasien merespons komunikasi tersebut. Pasien

dengan depresi sering kali mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka, sehingga penelitian ini berupaya untuk memahami bagaimana pasien menanggapi pendekatan komunikasi yang digunakan dokter, serta sejauh mana komunikasi tersebut memengaruhi proses keterbukaan dan penyampaian masalah yang mereka alami.

Dari uraian tersebut maka fokus penelitian ini adalah “Bagaimana komunikasi antar pribadi yang terjadi antara dokter dan pasien penderita depresi dalam proses konseling di Rumah Sakit Universitas Andalas?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang serta fokus penelitian yang dijelaskan sebelumnya yaitu Komunikasi antar pribadi yang dilakukan dokter dan pasien agar pasien dapat lebih terbuka untuk menceritakan masalah dan kondisinya serta dokter dapat memberikan solusi kepada pasien.

Yang dapat diuraikan, yang pertama mengidentifikasi dan menganalisis strategi komunikasi yang digunakan oleh dokter spesialis kesehatan jiwa dalam membangun rapport dan kepercayaan dengan pasien depresi.

Tujuan penelitian ini dibagi menjadi dua, sesuai dengan subjek penelitian yaitu dokter dan pasien. Dari sisi dokter, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi komunikasi yang diterapkan oleh dokter spesialis kesehatan jiwa dalam membangun hubungan interpersonal yang efektif dengan pasien penderita depresi. Strategi tersebut diharapkan mampu meningkatkan keterbukaan pasien dalam menyampaikan permasalahan

mereka, yang pada akhirnya membantu dalam penentuan diagnosis dan perencanaan pengobatan yang lebih akurat. Dari sisi pasien, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi persepsi pasien mengenai efektivitas komunikasi yang terjadi selama sesi konseling. Penelitian ini ingin memahami sejauh mana komunikasi yang dilakukan oleh dokter membantu pasien merasa lebih nyaman dan terbuka dalam menyampaikan kondisi mental mereka, serta bagaimana perasaan dipahami dan didengar oleh dokter berdampak pada proses pemulihan mereka.

Oleh karena itu, berdasarkan penjelasan di atas, maka penelitian ini memiliki tujuan “Untuk mengetahui komunikasi antar pribadi yang terjadi antara dokter dan pasien penderita depresi dalam proses konseling di Rumah Sakit Universitas Andalas.”

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Akademis**

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi akademis dengan mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi komunikasi antar pribadi. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk penelitian sejenis dimasa yang akan datang. Bagi mahasiswa, khususnya yang menekuni bidang ilmu komunikasi, psikologi, atau kedokteran, mahasiswa dapat mempelajari bagaimana prinsip-prinsip komunikasi antar pribadi diterapkan dalam situasi klinis nyata, khususnya dalam penanganan pasien depresi. Hal ini dapat memperkaya pemahaman mereka tentang

komunikasi antar pribadi dalam setting profesional dan membantu mereka mengembangkan keterampilan komunikasi antar pribadi yang lebih efektif.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai kelompok profesional dan masyarakat luas. Bagi praktisi komunikasi, seperti konselor, psikolog, dan pekerja sosial yang sering berinteraksi dengan individu yang mengalami masalah kesehatan mental, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang komunikasi antar pribadi yang efektif dengan pasien depresi.

Untuk praktisi kesehatan, terutama dokter umum, perawat, dan tenaga kesehatan lain yang menjadi garis depan dalam mendeteksi gejala depresi, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya komunikasi yang efektif dalam penanganan pasien dengan gejala depresi.

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat luas dengan meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang depresi. Penelitian ini juga diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan materi edukasi yang lebih efektif tentang depresi, membantu mengurangi stigma, dan mendorong pencarian bantuan lebih awal bagi mereka yang mengalami gejala depresi.

*Intelligentia - Dignitas*



*Intelligentia - Dignitas*