

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nasib bangsa dimasa mendatang tergantung pada keadaan generasi sekarang. Remaja sebagai generasi muda dituntut untuk mengembangkan diri secara optimal, agar kelak menjadi sumber daya manusia yang berguna bagi bangsa dan negara (Runtuwene, 1996).

Namun dalam kenyataannya tuntutan yang harus dihadapi remaja sangat berat. Disatu sisi , remaja harus menghadapi perkembangan alami yang ada dalam dirinya, yaitu harus menyesuaikan dengan perubahan fisik, psikologis, kognisi dan sosial yang terjadi serta harus siap dengan segala konsekuensinya (Widyaningsih, 1996). Disisi lain yang tidak kalah penting yaitu remaja harus mengikuti perubahan jaman yang terjadi tanpa harus kehilangan kendali diri. Tugas ini sangat berat, apalagi dijaman globalisasi seperti sekarang ini. Tugas berat ini pada umumnya tidak dirasakan oleh remaja, karena sifat dasar yang cenderung ceria dan main-main. Tugas baru terasa berat bila tuntutan masyarakat lebih besar daripada kemampuannya.

Demikian halnya anak remaja yang tidak terlepas dari masalah-masalah tersebut diatas yang menyangkut dirinya, sehingga kemungkinan untuk depresi tidak terhindarkan. Pada umumnya, setiap keadaan atau

dengan cara mengadakan adaptasi atau

Namun tidak semua orang me

menanggulangnya, sehingga timbulah

depresi.

Laporan mengenai prevalensi depresi pada remaja sangat

Beberapa penelitian epidemiologi melaporkan bahwa 8,3% remaja Amerika Serikat mengalami depresi (Birmaher dkk, 1996). Berdasarkan penelitian National Institute of Mental Health diperkirakan bahwa prevalensi 6 bulan dari gangguan depresi pada mereka yang berusia 9-17 tahun adalah lebih dari 6%, dengan 4,9% memiliki depresi berat (Shaffer dkk, 1996).

Penelitian lebih lanjut mengindikasikan bahwa serangan depresi terjadi lebih awal dalam kehidupan sekarang ini daripada dekade-dekade lalu. Sebuah penelitian yang baru-baru ini dipublikasikan, terlihat bahwa serangan awal depresi sering terjadi berulang-ulang dan berlanjut sampai dewasa. Depresi pada remaja sering terjadi bersama gangguan mental lainnya, kecemasan, gangguan tingkah laku atau gangguan penyalahgunaan zat dan penyakit-penyakit fisik seperti diabetes (Yahoo.com, 2000).

Depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (afektif, mood), yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan sebagainya (Hawari, 1997). Depresi merupakan gangguan alam perasaan yang ditandai

psikomotor, konsentrasi menurun, rasa pesimis, rasa bersalah serta gangguan fungsi (penurunan nafsu makan, gangguan tidur, penurunan gairah seksual).

Perasaan tidak berdaya, putus asa, tidak berharga atau rasa bersalah terhadap suatu kesalahan yang riil maupun khayalan, sering menimbulkan pikiran-pikiran bunuh diri. Remaja dengan gejala depresi acapkali sulit untuk menerima perubahan yang terjadi karena pubertas. Sekresi hormonal dan stressor lingkungan dapat mendorong remaja dalam depresi yang cukup mendalam dan keinginan untuk bunuh diri. Depresi yang terus-terusan dapat mengakibatkan percobaan bunuh diri. Walaupun bunuh diri terjadi dalam seluruh kelompok usia, ini merupakan penyebab kematian ketiga pada remaja. Masalah-masalah lain yang dikaitkan dengan meningkatkannya bunuh diri pada remaja adalah perilaku agresif, penyalahgunaan alkohol dan narkoba pada remaja atau orangtua, dan konflik di rumah (Satumed.com, 2001). Suatu gangguan yang terjadi selama usia remaja yang ditandai dengan kesedihan terus-menerus, keputusasaan, kehilangan harga diri dan kehilangan minat dalam aktivitas sehari-hari (Lambert, 2002). Prestasi akademik yang buruk, penyalahgunaan zat, perilaku antisosial, promiskuitas seksual, membolos, dan melarikan diri mungkin merupakan gejala depresi pada remaja (Kaplan dan Saddok, 1997).

Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa (Hurlock, 1978). Menurut Sarlito W.S (1997) batasan usia remaja Indonesia adalah usia 11-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja merupakan masa

yang penting dalam rentang kehidupan, suatu periode peralihan, masa perubahan, usia bermasalah, saat dimana individu mencari identitas, usia yang menakutkan, masa yang tidak realistis dan merupakan ambang kedewasaan (Setyonegoro cit. Basuki, 1996). Para remaja menderita depresi seperti yang diderita orang dewasa, namun hal tersebut dapat lebih sulit dikenali karena perubahan suasana hati pada usia ini normal dan umum terjadi. Tanda-tanda depresi meliputi isolasi diri dari lingkungan sosial, sering menangis, perubahan berat tubuh atau tidur, dan perilaku menarik (Setyonegoro cit. Basuki, 1996).

1.2 Permasalahan

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diambil suatu permasalahan sebagai berikut:

- a. Bagaimana batasan remaja.
- b. Mengetahui gangguan depresi pada remaja.
- c. Bagaimana cara penatalaksanaan depresi pada remaja.

1.3 Tujuan Penulisan

Dari masalah yang ada, tujuan penulisan ini adalah: memberikan uraian tentang gangguan depresi pada remaja dan bagaimana penatalaksanaan terapinya.

1.4 Manfaat Penulisan

Dengan penulisan karya tulis ilmiah ini, diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak sehingga mengetahui tentang gangguan depresi pada remaja serta tatalaksana terapi depresi pada remaja.