

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab ini mencakup berbagai dasar penelitian, yaitu: latar belakang, perumusan masalah, tujuan, dan manfaat penelitian.

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa merupakan generasi yang rentan mengalami permasalahan psikologis terutama di beberapa kota di Indonesia khususnya Kota Bandung, ditemukan mahasiswa mengalami permasalahan psikologis hingga 79.5% yang disebabkan oleh beberapa faktor, kemudian di Banda Aceh terdapat 47.7% mahasiswa yang mengalami depresi ringan dan depresi berat sebesar 27.4%, permasalahan psikologis tersebut diantaranya depresi, pikiran bunuh diri, anxiety, dll (Prasetio & Triwahyuni, 2022). Fenomena tersebut dapat berakibat fatal jika tidak ditangani sedari dini. Kemudian, terkadang individu yang mengalami depresi dan orang-orang di sekitarnya mungkin tidak menyadari bahwa mereka sedang mengalami gejala depresi, sehingga masalah psikologis ini tidak mendapatkan perhatian atau penanganan yang tepat (Dewi *et al.*, 2019). Individu yang gejala perubahannya psikologisnya tidak teridentifikasi dapat mengalami depresi, depresi dapat memberikan dampak negatif yang dapat memengaruhi status kesehatan, peran, fungsi sosial, minat, dan motivasi, pekerjaan, dan gangguan komunikasi yang dapat menyebabkan menurunnya interaksi sosial, serta yang paling ditakuti terjadi adalah percobaan bunuh diri (WHO dalam Kusuma dan teman-teman, 2021).

Menurut Nandya Agustin, jumlah pengidap masalah kesehatan mental di Indonesia meningkat secara signifikan setiap tahun, pada tahun 2024 diperkirakan jumlah penderita masalah kesehatan mental di Indonesia akan mencapai 3,24 juta orang lalu peningkatan ini mencakup berbagai kalangan usia, tidak hanya remaja, oleh karena itu, keluarga, sekolah, pemerintah, masyarakat, dan individu secara spesifik harus bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan pribadi dan penanganan masalah kesehatan mental (Nandy Agustin, 2024). Kemudian wilayah di Indonesia khususnya di Jawa Barat dengan prevalensi tinggi masyarakat mengalami gangguan jiwa adalah di Kota Bandung sebanyak 92,2% yang mendapatkan pelayanan (diskes.jabarprov.go.id, 2020).

Survei yang dilakukan oleh Hidayat pada tahun 2019 diketahui bahwa mahasiswa tingkat satu di Bandung sebanyak 30,5% diantaranya mengalami depresi, lalu 20% mahasiswa pernah dengan sungguh-sungguh mempertimbangkan bunuh diri, sedangkan sisanya telah melakukan percobaan bunuh diri. Dalam berita (Bandungbergerak.id, 2021). Kemudian di tahun yang sama yaitu 2019 juga terdapat kasus mahasiswa jenjang S2 ITB yang berusia 24 tahun berinisial MA diketahui meninggal dengan posisi gantung diri dan diduga permasalahan awal dikarenakan depresi, penyebab salah satu mahasiswa mengalami depresi hingga tendensi bunuh diri adalah penurunan prestasi akademik dan keluarga. Kemudian terjadi kasus mahasiswa dengan inisial J di salah satu Universitas yang melakukan aksi bunuh diri yang diduga karena depresi (BeritaSatu, 2023).

Penelitian yang dilakukan mengenai “Perbandingan Tingkat Depresi Mahasiswa Tingkat I dan Tingkat IV Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (UNISBA)” dengan jumlah responden 100 orang yaitu 50 orang tingkat I dan 50 orang tingkat IV, hasil penelitian tersebut mahasiswa yang mengalami depresi kebanyakan dari tingkat I yang kisaran usianya adalah 18-23 tahun sebanyak 12 orang (24%), yaitu 7 orang (14%) depresi ringan dan 5 orang (10%) depresi sedang, sedangkan pada tingkat IV dengan kisaran usianya adalah >20 tahun sebanyak 9 orang (18%) yang mengalami depresi, yaitu 8 orang (16%) depresi ringan dan 1 (2%) depresi sedang. (Rachmat *et al.*, 2018).

Menurut King (2017) depresi merupakan gangguan dimana individu yang mengalami ketidakbahagiaan dalam hidup yang terjadi secara terus menerus yang ditandai dengan perasaan tidak menyenangkan, perasaan tidak berdaya, kekurangan energi, dan menurunnya konsentrasi, kemudian depresi mayor terjadi secara spesifik dan perasaan tersebut terjadi paling tidak selama dua minggu, depresi tidak jauh dari penyebab atau faktor yang memengaruhinya seperti faktor biologis yang terjadi akibat disfungsi pada tubuh, lalu faktor psikologis seperti perhatian, opini, memori, dan pada faktor sosial yang dapat memengaruhi salah satunya adalah keluarga. Namun, selain faktor genetik dan pengaruh sosial, peran keluarga terutama pola asuh turut berperan dalam memengaruhi timbulnya gangguan depresi (Casto, dalam Kalalo, 2019). Dalam pengasuhan, orang tua memiliki peran dengan bentuk pola asuh yang diberikan secara konsisten dari waktu ke waktu, kemudian

orang tua juga terkadang menerapkan tipe-tipe pola asuh lebih dari satu yang mengakibatkan dampak besar pada hubungan orang tua dengan anak, namun terdapat kemungkinan kembali bahwa orang tua akan memilih tipe pola asuh yang lebih dominan (Safitri dan Hidayati, 2013).

Kemudian riset yang dilakukan Kalalo (2019) memfokuskan penelitiannya pada hubungan tipe pola asuh yang diberikan berbeda antara ayah dan ibu dengan tingkat depresi, memiliki hasil bahwa jenis pola asuh yang diberikan ayah diantaranya pola asuh otoritatif/demokratis sebanyak 74 orang (55,6%), pola asuh otoriter sebanyak 15 orang (11,3%), pola asuh permisif sebanyak 16 orang (12,0%), dan gabungan dua pola asuh yang diberikan yaitu pola asuh otoriter sebanyak 12 orang (9,0%) dan pola asuh permisif sebanyak 14 orang (10,5%) sedangkan pola asuh yang diberikan ibu diantaranya kombinasi kedua pola asuh yaitu demokratis dan otoriter sebanyak 1 orang (0,8%), pola asuh demokratis dan permisif sebanyak 4 orang (3,0%), dan kombinasi ketiga pola asuh yaitu demokratis, otoriter, dan permisif sebanyak 18 orang (13,5%).

Terdapat gambaran dari beberapa jenis pola asuh tersebut didukung oleh penelitian dari Salsabila (2022) menunjukkan bahwa pola asuh yang diterapkan oleh orang tua memainkan peran penting dalam pembentukan karakter anak adalah suatu hal yang penting, sebagai contoh dalam kasus penelitiannya anak yang berinisial S, ia mengalami pola asuh demokratis (*authoritative*), orang tuanya memberikan kebebasan kepada anak untuk mengungkapkan perasaan, keinginan, dan kebutuhannya secara terbuka. Akibatnya, anak menjadi lebih terbuka dan tidak ragu untuk berkomunikasi dengan orang tua, yang pada gilirannya mempererat hubungan antara anak dan orang tua sehingga dalam kasus ini dampak yang diperoleh adalah positif, di sisi lain dalam kasus penelitiannya anak yang berinisial R, pola asuh cenderung otoriter (*authoritarian*), dimotivasi oleh kekhawatiran ibu yang tidak ingin anaknya menjauh karena ayahnya bekerja di luar kota. Kekhawatiran ini menyebabkan anak cenderung menutup diri dan mengalami tingkat depresi yang tinggi karena perasaan, keinginan, dan kebutuhannya tidak sepenuhnya terpenuhi sehingga dampak psikologis pada anak dalam kasus ini cenderung negatif. Dengan kata lain, pengasuhan yang tepat dapat membantu anak

untuk tumbuh dan berkembang dengan optimal, sehingga individu mampu menjadi pribadi yang kuat dan mandiri dalam kehidupannya (Winanda *et al.*, 2018).

Dalam menunjukkan dampak positif pada berbagai aspek individu dan *hardiness* berperan sebagai sumber perlawanan saat menghadapi situasi yang menimbulkan stres, orang dengan kepribadian yang kuat cenderung dengan senang hati membuat keputusan dan melaksanakannya, karena mereka melihat hidup sebagai peluang yang harus dimanfaatkan untuk memberikan makna, kemudian individu dengan *hardiness* juga sangat antusias dalam mengambil bagian dalam upaya memajukan masa depan, melihat perubahan sebagai tantangan yang bermanfaat untuk perkembangan pribadi mereka (Simatupang, A. J. H *et al.*, 2023). Maka dari itu, *hardiness* dapat mengatasi stres atau respon negatif. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021) bahwa tingkat *hardiness* yang tinggi dapat memberikan respon positif sedangkan tingkat *hardiness* yang rendah menjadikan individu sulit dalam berpikir positif sehingga rentan mengalami stres hingga depresi.

Kemudian terdapat proses kognitif pada *hardiness* yaitu komitmen, kontrol, dan tanggapan merupakan fungsi untuk menyaring efek buruk dari kehidupan yang penuh stress (Awida Tri dan Hastaning 2013). Individu yang memiliki kontrol diri tinggi umumnya lebih berhasil dalam menghadapi masalah dibandingkan dengan mereka yang memiliki kontrol diri rendah, sebagai guru bimbingan dan konseling melibatkan aspek emosional yang berisiko menyebabkan burnout, risiko tersebut dapat diminimalkan dengan rutin beribadah dan bertawakal kepada Allah, yang dapat membantu menjaga keseimbangan emosional dan mencegah burnout (Shoobohah *et al.*, 2021).

Dalam penelitian ini, pola asuh dan *hardiness* dihubungkan untuk memahami pengaruhnya terhadap depresi, karena keduanya berperan penting dalam perkembangan psikologis individu. Diasumsikan bahwa *hardiness* dapat memperkuat dampak positif dari pola asuh yang baik, sementara pola asuh yang kurang baik dapat diperburuk oleh *hardiness* yang rendah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana pola asuh orang tua dan *hardiness*, kedua faktor ini berinteraksi dalam memengaruhi resiko depresi, sehingga peneliti merasa perlu untuk melakukan kajian lebih lanjut mengenai topik ini. Berdasarkan alasan tersebut, peneliti mengambil judul “Pengaruh Pola Asuh dan *Hardiness* Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa di Kota

Bandung.”

## 1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pola asuh dan *hardiness* memengaruhi kecenderungan depresi pada mahasiswa di Kota Bandung?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pola asuh dan *hardiness* terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa di Kota Bandung.

## 1.4 Manfaat Penelitian

1. Diharapkan dapat memperluas wawasan dalam berbagai subdisiplin ilmu psikologi, seperti psikologi klinis, psikologi sosial, dan psikologi perkembangan.
2. Dapat membantu peneliti dan praktisi psikologi untuk lebih memahami bagaimana faktor-faktor seperti pola asuh dan *hardiness* memengaruhi tingkat depresi.
3. Diharapkan penelitian ini berpotensi meningkatkan kesadaran di kalangan masyarakat tentang pentingnya memilih pola asuh yang baik, seperti pola asuh *authoritative*, serta peran *hardiness* sebagai langkah pencegahan kecenderungan depresi.