

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan-permasalahan yang sering timbul merupakan pemicu depresi adalah masalah hubungan dengan orang lain. Seseorang yang mengalami depresi sering kali tidak mampu atau tidak mau membicarakan kesedihan mereka dan juga tidak mampu menyebut perasaan mereka dengan tepat. Mereka memperlihatkan sikap muram, marah, tidak sabar dan sulit mengendalikan diri.

Menurut (Hawari, 2011) masa sekarang ini depresi menjadi jenis gangguan kejiwaan yang paling sering dialami oleh masyarakat. Gangguan mental afektif (gangguan alam perasaan) meliputi kondisi mental yang menyebabkan perubahan alam seseorang atau keadaan emosional dalam periode waktu yang panjang. Permasalahan kejiwaan, atau umumnya dikategorikan sebagai permasalahan kesehatan jiwa, akhir-akhir ini mendapatkan perhatian yang cukup serius dari berbagai pihak di dunia.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan prevalensi depresi pada masyarakat dunia adalah 3 %, sementara di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas tahun 2007, prevalensi gangguan mental emosional seperti kecemasan dan depresi adalah sebesar 11,6 % dari populasi usia dewasa.

Menurut Lubis (2009) depresi adalah suatu gejala yang telah diobservasi sejak dahulu dan merupakan masalah kesehatan jiwa yang utama dewasa ini. Gangguan perilaku ini berdampak sangat merugikan tidak hanya bagi penderita yang mengalaminya tetapi juga bagi masyarakat. Pada masa ini wanita akan mempunyai risiko terhadap kesehatan fisik maupun psikis.

Menurut kriteria dari DSM IV-TR (2000) seseorang dikatakan menderita depresi jika mengalami keadaan *mood* depresi selama lebih dari 2 minggu, dan pada seseorang yang baru mengalami kejadian yang menimbulkan kesedihan berat, misalnya baru saja mengalami kematian orang yang sangat dicintai, depresi harus sudah berlangsung selama 5 minggu. Berdasarkan gambaran diatas nampak bahwa gangguan depresi mempengaruhi fungsi kehidupan sehari-hari, karena adanya perubahan emosi, kognisi, motivasi maupun perilaku.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Eorejo, Kecamatan Wadaslintang Kabupaten Wonosobo pada orang pasca depresi yang memiliki pekerjaan berbeda. Dari keempat informan merupakan kakak beradik dan menderita depresi secara bergantian, penyebab depresi dari setiap informan berbeda-beda. Keempat informan pernah dibawa ke rumah sakit jiwa dan didiagnosa gangguan depresi. Dan setelah informan dinyatakan sembuh mereka tetap ingin melanjutkan keinginannya dan membuktikan bahwa mereka tetap masih mempunyai harapan dan bisa melakukan sesuatu.

Studi pendahuluan pada informan UY yang telah sembuh dari depresi peneliti mendapatkan informasi bahwa informan menderita depresi setelah melahirkan anak ketiganya, pada saat itu informan bekerja sebagai guru pendidikan agama islam di salah satu sekolah dasar. Gejala yang nampak pada informan UY yaitu sering menyendiri, mengamuk, dan sering melamun. Kemudian setelah informan sudah dinyatakan sembuh dari dokter informan tidak terpuruk dan putus asa, informan tetap bangkit lagi dan mempertahankan

apa yang ingin dicapainya. Menurut (Duckworth,2007). *Grit* ditunjukkan dengan cara bekerja keras menghadapi tantangan, mempertahankan usaha dan minat selama bertahun-tahun meskipun dihadapkan pada kegagalan, tantangan dan kesulitan di dalam setiap prosesnya. Beberapa orang pasca depresi mampu mengatasi hambatan, tantangan dan rintangan di dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh informan pertama pada hari sabtu, tanggal 29 September 2018 pukul 15.30 didapatkan keterangan mengenai kehidupan U, berusia 49 tahun 6 bersaudara dan U perempuan satu-satunya. U menderita depresi pada tahun 2003 awal karena selama 2 minggu U mudah marah,sulit tidur, dan sering menyendiri U pada saat itu berusia 34tahun. U meminta kepada keluarga agar di bawa ke rumah sakit jiwa ingin mengetahui bagaimana keadaan dirinya pada saat itu. U yang meminta sendiri agar di bawa ke rumah sakit jiwa. Dokter mendiagnosa U menderita depresi sesuai pada ringkasan informasi pelayanan pasien dan pengobatan lanjutan (rekam medis) diagnosis F.33.1 gangguan depresif berulang. Setelah diijinkan pulang oleh doketr U tetap bangkit dan mempertahankan apa yang sudah dijalannya yaitu sebagai seorang guru.

Berdasarkan hasil wawancara informan kedua yang didapatkan pada hari Jum'at 5 Oktober 2018 terdapat laki-laki berinisial M berusia 27 tahun M adalah keponakkan dari Informan Primer. M menceritakan awal mula U menderita depresi setelah melahirkan anak ketiganya U gejala yang nampak pada U sering mengamuk,sering menyendiri,dan sering melamun. U berusia 49 tahun dan berprofesi sebagai Guru Pendidikan Agama Islam kemudian

pada tahun 2003. U mendapat kabar kalau adiknya terkena gangguan jiwa kabar tersebut terus menerus membayangi U dan akhirnya U mengalami depresi selama 40hari.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang kegigihan (grit) pasca depresi. penelitian ini dilakukan karena untuk mengkaji tentang kegigihan seseorang yang telah sembuh dari depresi dan membuktikan bahwa masih memiliki harapan untuk melakukan sesuatu.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan, fokus penelitian ini bagaimana kegigihan orang pasca depresi?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengkaji Kegigihan (grit) Pasca Depresi

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini adalah untuk mengembangkan ilmu psikologi dan memberikan sumbangan secara teoritis terutama yang berkaitan dengan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi informan mempunyai harapan setelah sembuh dari depresi tetap bisa bangkit dan bisa melakukan sesuatu.
- b. Bagi keluarga, agar mendapat pemahaman tentang orang yang telah sembuh dari depresi mempunyai kegigihan.