

## Hubungan Pikiran Otomatis Negatif Dengan Depresi Pada Siswa Sekolah Menengah Atas dan Kejuruan

Dwi Yuda Riva'i<sup>1\*</sup>, Mukhrifah Damaiyanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

\*Kontak Email: [dwiudarivai01@gmail.com](mailto:dwiudarivai01@gmail.com)

Diterima: 09/08/19

Revisi: 07/09/19

Diterbitkan: 31/08/20

---

### Abstrak

**Tujuan studi:** Untuk mengetahui hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas.

**Metodologi:** Desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan data April - Mei 2019. Berdasarkan rumus Daniel didapatkan jumlah sampel 575 siswa SMA dan SMK di Kota Samarinda usia 14 -19 tahun, direkrut dengan teknik *Cluster Stratified Random Sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Negative Automatic Thoughts (ATQ)* dan *Center for Epidemiological Study Depression (CES-D)*. Analisa statistik menggunakan *Spearman Rho*.

**Hasil:** Hasil analisa uji statistik didapatkan nilai hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas yaitu  $r_s = 0.94$  yang artinya terdapat korelasi antara hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa menengah atas.

**Manfaat:** Penelitian ini diharapkan dapat sebagai wawasan dan pengalaman dalam mengembangkan pengetahuan dalam ilmu keperawatan jiwa seperti mengadakan bimbingan konseling untuk remaja, menjadi referensi bagi mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, dapat menambah informasi tentang masalah apa yang sedang dialami oleh remaja sehingga memiliki pikiran negatif terutama pada siswa sekolah menengah atas, dan menjadi acuan untuk mengetahui adanya depresi dimana bisa terjadi di sekitar lingkungan tempat tinggal atau bahkan di rumah sehingga diharapkan para orang tua dapat memberikan pengawasan dan menjaga komunikasi yang baik dan benar terhadap keluarganya.

### Abstract

**Purpose of study:** The aim of the research was to identify the correlation between automatic negative thoughts and high school students' depression.

**Methodology:** Descriptive research design with a cross-sectional approach. Retrieval of data April – May 2019. Based on Daniel formula, a sample of 575 high school and vocational high school students in Samarinda City aged 14 -19 years was recruited using the Cluster Stratified Random Sampling technique. Measuring instruments used in this research are Negative Automatic Thoughts (ATQ) and the Center for Epidemiological Study Depression (CES-D). Statistical analysis using Spearman Rho.

**Results:** The results of the statistical test analysis showed that the value of automatic negative thought relationship with depression in high school students is  $r_s = 0.94$  which means there is a correlation between the relationship of negative automatic thoughts with depression in high school students.

**Applications:** This research is expected to be an insight and experience in developing knowledge in psychiatric nursing such as holding counseling guidance for adolescents, becoming a reference for nursing students at Muhammadiyah University of East Kalimantan, to be able to add information about what problems are being experienced by adolescents so as to have negative thoughts especially high school students, and become a reference to find out where depression can occur around the neighborhood or even at home so that parents are expected to provide supervision and maintain good and correct communication to their families.

---

**Kata kunci:** *Pikiran, Negatif, Depresi*

### 1. PENDAHULUAN

Depresi adalah gangguan mental yang ditandai dengan perasaan sedih dan juga cemas, gangguan seperti ini biasanya akan menghilang dalam beberapa hari tetapi dapat juga berkelanjutan yang dapat mempengaruhi aktivitas dalam kehidupan sehari – hari (National Institute of Mental Health, 2010). Depresi merupakan gangguan mental yang umum terjadi di dunia, walaupun umum depresi tetap menjadi suatu faktor kontribusi pada penurunan kecepatan penyembuhan berbagai penyakit lain (Holmes et al, 2012). Depresi merupakan salah satu kondisi psikologis yang paling umum selama masa hidup normal yang ditandai dengan banyaknya rasa kehilangan dan kekecewaan (Dhara & Jogsan, 2013). Diseluruh dunia, depresi merupakan masalah psikologis yang biasanya umum terjadi pada remaja (Mery et al, 2011). Di fase remaja terjadi perubahan dari fase kanak-kanak menuju ke fase dewasa, dimana akan terjadi perubahan bukan hanya pada fasenya saja tetapi juga perubahan pada kematangan dari fisik, pemikiran, sosial ekonomi dari remaja itu sendiri untuk menjadi seseorang yang mulai dewasa (Wong et al, 2008). Jika remaja bermasalah pada perubahan dari fase kanak-kanak ke fase dewasa atau tidak teratasi, dapat menyebabkan rasa kecewa pada remaja, tidak menghargai dirinya sendiri dan menganggap dirinya orang yang gagal dan tidak mampu, kondisi seperti ini jika dibiarkan akan menyebabkan remaja depresi (Ali & Asrori 2012).

Prevalensi depresi di Amerika pada usia 13-18 tahun yaitu 8,4% sampai 15,9% (Kaplan & Sadock, 2015, Wagstaff, 2012). Sekitar 19% sampai dengan 30% remaja Thailand yang berada di kelas 10 – 12 mengalami depresi (Borriruklert, 2007). Penelitian terbaru di Indonesia mengatakan bahwa gejala depresi pada perempuan memiliki tingkat gejala depresi yang lebih tinggi dari pada laki-laki yaitu pada perempuan 22,3% dan pada laki-laki 21,4% (Peltzer, K., & Pengpid, S., 2018). Dan prevalensi terjadinya depresi remaja di Indonesia terutama di Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur pada usia antara 14-19 tahun yaitu dengan presentase 52,7% yang terdiri dari (26,6% perempuan dan 26,1% laki-laki) (Damaiyanti & Rungreangkulkij, 2016). Depresi berdampak pada remaja (McCan et al, 2012). Dan dampak depresi terhadap remaja yaitu dapat menimbulkan kesulitan saat berkonsentrasi, mempengaruhi fungsi seseorang dalam kehidupan sosial, dan kesulitan dalam menyesuaikan diri, bahkan bisa mengarah pada perilaku bunuh diri terhadap mereka yang mengalami depresi (Nevid et al, 2005; Lubis, 2009). Sehingga keparahan dari dampak depresi menimbulkan prioritas untuk upaya pencegahan di Thailand dan untuk mengembangkan pencegahan depresi yang efektif serta memerlukan pemahaman yang jelas tentang berbagai proses atau mekanisme pada depresi yang muncul pada masa remaja (Garber et al, 2009).

Dari sejumlah peneliti mengemukakan dari hasil penelitian mereka bahwa pikiran negatif merupakan factor yang utama yang berkaitan erat dan menyebabkan depresi pada kebanyakan remaja (Duangjai et al, 2012). Teori yang dikembangkan oleh Beck, dkk mengemukakan bahwa proses berfikir dan isi pikiran berkaitan dengan depresi hubungan antara pikiran, perasaan atau emosi dan perilaku ini yang akan memperkuat gejala depresi pada seseorang. Pikiran negatif muncul sebagai lapisan terluar dari struktur pola pikir manusia. Semakin sering muncul pikiran negatif semakin besar pula kemungkinan remaja untuk depresi (Khasanah et al, 2017). Semua manusia pasti memiliki pikiran otomatis (*automatic thought*), pikiran otomatis ialah pikiran – pikiran yang muncul tanpa disadari dan biasanya mampu merubah emosi dan perbuatan seseorang (Vandesbos, 2008). *Automatic thought* dapat mengarah pada pikiran positif (*positive thoughts*) yang lebih mampu menerima kenyataan (realistis), obyektif, produktif, dan solutif, namun dapat juga mengarah ke arah yang negative.

Pikiran negatif biasanya bernuansa pesimis dan memiliki penilaian yang sangat negatif terhadap kejadian-kejadian yang terjadi di sekitar kita (Khasanah, 2014). Pikiran negative seringkali kita sadari akan kehadirannya dan langsung mampu merubah mood pada setiap kejadian dan berlangsung sangat cepat, karena terkadang kita sadari maka setiap manusia bisa mempelajari cara memantau kehadiran pikiran negatif tersebut. (Westbrook et al, 2014). Pikiran negatif mampu membuat seseorang merasa tidak berdaya, depresi, dan mengeluarkan coping yang tidak tepat (Khasanah et al, 2017). Pikiran negatif dapat mempengaruhi aspek kognitif, afektif, behavioral, motivasional, dan somatik, dampak pikiran negative pada aspek kognitif yaitu dapat menurunkannya konsentrasi, sulit menentukan keputusan, munculnya ide yang tidak rasional. Sedangkan dampak pada aspek behavior seperti aktivitas yang menurun dan penarikan diri. Dampak pada somatik seperti sulit tidur dan nafsu makan menurun. Dan dampak pada aspek afektif adalah cemas, sedih merasa bersalah, marah, malu, stress, dan depresi (Tobing, H., 2009). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 15 Samarinda dengan menggunakan metode wawancara kepada 10 siswa yang di wawancarai 3 siswa mengatakan susah tidur, sulit untuk memfokuskan perhatian, mudah letih, mudah tersinggung, sering marah, 2 siswa mengatakan lebih senang menyendiri, mudah tersinggung, hilangnya kepercayaan diri, serta 2 siswa mengatakan kehilangan motivasi untuk melakukan kegiatan, memandang masa depan tidak ada artinya, dan memandang dirinya penuh kekurangan, dan 3 siswa lainnya mengatakan tidak mengalami gejala yang peneliti tanyakan. Dengan demikian, peneliti tertarik ingin mengetahui lebih jauh tentang hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas. Sehingga pada penelitian ini diberikan judul “Hubungan Pikiran Otomatis Negatif Dengan Depresi Pada Siswa Sekolah Menengah Atas dan Kejuruan”.

## 2. METODOLOGI

Desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan data April - Mei 2019. Berdasarkan rumus Daniel (1999) didapatkan jumlah sampel 575 siswa SMA dan SMK di Kota Samarinda usia 14 -19 tahun, direkrut dengan teknik *Cluster Stratified Random Sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Negative Automatic Thoughts (ATQ)* dan *Center for Epidemiological Study Depression (CES-D)*. Analisa statistik menggunakan *Spearman Rho*. Kriteria inklusi siswa yaitu : berusia 14-19 tahun, merupakan siswa SMA atau SMK, hadir saat dilakukan penelitian, dan siswa yang bersedia untuk menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah siswa yang sedang sakit, izin, siswa yang tidak turun pada saat pengambilan data dengan alasan apapun, dan siswa yang tidak bersedia menjadi responden pada saat pengambilan data. Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah alat ukur kuesioner *Negative Automatic Thoughts (ATQ)* dari Hollon & Kendall (1980) dan diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Damaiyanti & Rungreangkulkij (2016) dengan nilai reliabilitas *Cronbach's  $\alpha$*  0,87 ( $\geq 0,6$ ) untuk mengetahui adanya pikiran otomatis negatif terdiri dari 30 item dengan skala likert 1 = tidak pernah, 2 = kadang-kadang, 3 = cukup sering, 4 = sering, 5 = selalu, rentang skor dari 30-150 dan juga kuesioner *CES-D (Center for Epidemiological Study Depression)* dari Radloff (1977) untuk mengukur depresi terdiri dari 20 item dengan skala likert 0 = tidak pernah, 1 = jarang, 2 = kadang-kadang, dan 3 = sering, rentang skor dari 20-60. Pengambilan data ini dilakukan selama 2 bulan yaitu pada bulan April hingga Mei 2019 dan sudah lulus uji etik di Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman Samarinda dengan surat persetujuan kelayakan etik nomor 82/KEPK-FK/VI/2019 dimana penelitian ini dilakukan di SMA dan SMK Kota Samarinda.

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Pada penelitian ini analisa univariat yang digunakan adalah distribusi frekuensi dan nilai *mean*, *median*, *SE*, *SD*, nilai *min*, nilai *max*, *95% Confidence interval* (*lower*, dan *uper*). Analisa bivariat untuk menguji hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas dengan menggunakan uji statistik *Spearman Rank (rho)*.

**2.1 Hasil**

Penelitian ini menggunakan analisis data secara univariat, selanjutnya dilakukan analisis bivariat untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang dihitung menggunakan uji *spearman rho*.

1. Karakteristik Responden

Tabel 1: Karakteristik responden

No	Variable	Frekuensi	%
	<b>Umur</b>	X: 3,31	SD: 0,993
1	14 Tahun	0	0%
2	15 Tahun	115	20%
3	16 Tahun	256	44,5%
4	17 Tahun	126	21,9%
5	18 Tahun	64	11,1%
6	19 Tahun	14	2,4%
	<b>Jenis Kelamin</b>	X: 1,29	SD: 0,453
1	Laki – Laki	410	71,3%
2	Perempuan	165	28,7%
	<b>Agama</b>	X: 1,13	SD: 0,595
1	Islam	535	93%
2	Protestan	28	4,9%
3	Budha	1	0,2%
4	Katolik	11	1,9%
	<b>Pekerjaan Orang Tua</b>	X: 5,18	SD: 2,626
1	Polisi	2	0,3%
2	TNI	2	0,3%
3	Swasta	304	52,9%
4	IRT	21	3,7%
5	Petani	23	4,0%
6	Karyawan	19	3,3%
7	Guru	5	0,9%
8	PNS	76	13,2%
9	Lain-Lain	123	21,4%
	<b>Penghasilan Orang Tua</b>	X: 2,05	SD: 0,657
1	<1 Juta	111	19,3%
2	1-3 Juta	326	56,7%
3	>3 Juta	138	24,0%
	<b>Total</b>	575	100%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan gambaran bahwa dari 575 responden yang terlibat di dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa mayoritas responden berumur 16 tahun sebanyak 256 responden dengan presentase yaitu (44,5%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin yang terbanyak yaitu laki-laki sebanyak 410 responden dengan presentase yaitu (71,3%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan agamayang terbanyak yaitumayoritasrespondenmenganut agama islam 535 responden dengan presentase (93%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan orang tua yang terbanyak yaitu mayoritas orang tua responden bekerja sebagai swastayaitu sebanyak304 responden dengan presentase (52,9%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan penghasilan orang tua yaitu 1-3 juta sebanyak 326 responden dengan presentase (56,7%).

2. Analisa univariat dependen dan independen

Berdasarkan pengukuran uji normalitas, maka dapat diketahui pikiran otomatis negatif dan depresi mempunyai data berdistribusinormal, sehingga untuk dapat mengetahui besar distribusi responden dapat di lihat di table 2 yaitu :

Tabel 2: Distribusi frekuensi responden berdasarkan pikiran otomatis negatif dan depresi 2019 (n=575)

No	Variabel	Mean	Median	SE	SD	Nilai Min	Nilai Max	95% Lower	95% Uper
1	Pikiran otomatis	65,45	62,00	0,8	19,4	37	136	63,86	67,04

negative									
2	Depresi	32,13	32,00	0,3	9,46	6	60	31,36	32,91
				95	2				

Dari tabel 2 data di atas menunjukkan pikiran otomatis negatif dan depresi didapatkan data dengan nilai mean pikiran otomatis negatif yaitu 65,45 dan yang depresi 32,13, median pikiran otomatis negatif 62,00 dan yang depresi 32,00, dengan nilai standar eror pikiran otomatis negatif 0,810 dan yang depresi 0,395, standar deviasi pikiran otomatis negatif yaitu 19,426 dan yang depresi yaitu 9,462, nilai minimum pikiran otomatis negatif 37 dan yang depresi 6, nilai maximum pikiran otomatis negatif yaitu 136 dan yang depresi 60, nilai lower pikiran otomatis negatif yaitu 63,86 dan yang depresi yaitu 31,36, nilai upper pikiran otomatis negatif yaitu 67,04 dan yang depresi yaitu 32,91.

Dari penelitian yang telah di lakukan dengan menggunakan alat uji aplikasi SPSS dengan nilai potong 20 didapatkan hasil dari 557 siswa yang bersedia menjadi responden terdapat siswa yang tidak depresi 54 siswa (9,4%), siswa yang depresi didapatkan 521 siswa (90,6%). Dapat disimpulkan siswa sekolah menengah atas didapatkan depresi sebanyak 553 siswa (96,2%).

### 3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hasil dari korelasi antara pikiran otomatis negatif dan depresi dengan menggunakan uji statistik *Spearman rank (rho)*.

Tabel 3: Gambaran bivariate hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas 2019

Variabel	Depresi	
	$r_s$	P
<b>Pikiran otomatis negatif</b>	0.94*	0.025

Dari tabel 3 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas dengan nilai p value sebesar  $0,025 < 0,050$  yang berarti ada hubungan yang signifikan. Nilai korelasi pearson sebesar 0,94 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi cukup kuat.

## 3. HASIL DAN DISKUSI

### 3.1 Pembahasan

#### 1. Analisa univariat

##### Karakteristik responden

##### 1) Usia

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan usia siswa sekolah menengah atas yang terbanyak adalah 16 tahun sebanyak 256 siswa (44.5%), dan usia paling sedikit adalah usia 19 tahun sebanyak 14 siswa (2,4%).

Remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosi dan psikis (Widyastuti et al, 2009). Adapun kriteria usia masa remaja dalam tiga kategori yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja madya (15-18 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun) (Mukhlis & Hirmaningsih, 2010). Jadi dari total responden yaitu 575 mayoritas berusia 16 tahun yaitu masuk pada remaja madya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri Y. & Hidayati E., (2013) yang berjudul "Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Tingkat Depresi Remaja di SMK 10 November" dimana sebagian besar responden berumur 16 tahun yaitu sebanyak 69 responden (53,1%) dan yang paling sedikit yaitu berumur 19 tahun yaitu sebanyak 2 responden (1,5%). Menurut asumsi dari peneliti terkait usia usia dari responden sekolah menengah atas merupakan tempat dimana para remaja menuntut ilmu dimana umur dari remaja tersebut berkisar antara 15 sampai 19 tahun yang biasanya pada umur tersebut adalah umur dimana transisi dari anak-anak menuju dewasa sehingga mereka mencari jati diri mereka sendiri.

##### 2) Jenis kelamin

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan jenis kelamin siswa sekolah menengah atas dan kejuruan yang terbanyak adalah siswa laki-laki sebanyak 410 siswa (71,3%) dan siswa perempuan sebanyak 165 siswa (28,7%). Perubahan fisik terjadi dengan cepat pada remaja. Kematangan seksual sering terjadi seiring dengan perkembangan seksual secara primer dan sekunder. Perubahan secara primer berupa perubahan fisik dan hormon penting untuk reproduksi, perubahan sekunder antara laki-laki dan perempuan berbeda (Potter & Perry, 2009). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Febriani et al, 2015) yang berjudul "Keakraban Orang Tua, Remaja dan Depresi Remaja SMA di Kota Yogyakarta" dimana pada penelitian ini lebih banyak responden yang berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 48,0% sedangkan pada laki – laki yaitu sebanyak 33,7%.

Asumsi peneliti terkait jenis kelamin responden penelitian didapatkan lebih banyak responden laki-laki daripada perempuan dikarenakan lokasi pemilihan tempat dilakukannya penelitian terdapat sekolah yang mayoritas di isi oleh siswa laki-laki, sehingga responden yang didapatkan dari penelitian ini mayoritas adalah responden laki-laki.

### 3) Agama

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan di dapatkan data siswa yang terbanyak beragama islam 535 siswa (93%) dan yang paling sedikit adalah siswa yang beragama budha sebanyak 1 siswa (0,2%). Tingkat keagamaan remaja di pengaruhi oleh perkembangan aspek psikis dan fisiknya jadi agama pada usia remaja hampir sepenuhnya di pengaruhi oleh dirinya sendiri (Ratnawati, 2019). Sejalan dengan penelitian Muhammad Ahmad safwan (2017) yang berjudul "Depression, anxiety, and stress among adolescents in kuantan and its association with religiosity" dimana pada penelitian ini lebih banyak responden yang beragama islam sebanyak 39 (95,1%) responden dari 41 total responden. Asumsi peneliti terkait agama responden penelitian didapatkan lebih banyak responden beragama Islam dikarenakan penelitian ini dilaksanakan di Indonesia dimana yang mayoritas masyarakat Indonesia beragama islam sehingga didapatkan responden yang beragama islam lebih banyak daripada agama lainnya.

### 4) Pekerjaan orang tua

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan di dapatkan data siswa yang terbanyak orang tua siswa yang memiliki pekerjaan swasta sebanyak 304 siswa (52,9%), dan yang paling sedikit orang tua siswa yang memiliki pekerjaan Polisi sebanyak 2 siswa (0,3%) dan orang tua siswa yang memiliki pekerjaan TNI sebanyak 2 siswa (0,3%). Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Muji rahayu tahun (2012) yang berjudul hubungan persepsi gambaran diri dengan harga diri pada siswi SMA muhammadiyah 7 Yogyakarta dimana pada penelitian ini didapatkan pekerjaan orang tua siswa yang terbanyak adalah wiraswasta dengan sebesar 54,7% dan yang paling rendah adalah pekerjaan orang tua siswa yang swasta sebesar 17,4% dari total responden sebanyak 86 siswi. Asumsi peneliti terkait pekerjaan orang tua responden didapatkan hasil pekerjaan orang tua siswa yang tertinggi adalah swasta dikarenakan kebanyakan pekerjaan di samarinda tergolong pekerjaan swasta. Pekerjaan orang tua siswa mampu mempengaruhi depresi pada siswa dikarenakan para remaja kebanyakan malu untuk mengakui pekerjaan orang tuanya.

### 5) Penghasilan orang tua

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan di dapatkan data siswa yang terbanyak memiliki penghasilan 1 sampai dengan 3 juta sebanyak 326 siswa (56,7%) dan yang paling sedikit memiliki penghasilan 1 juta sebanyak 111 siswa (19,3%). Pendapatan orang tua dapat berupa ataupun barang, penghasilan dalam bentuk uang adalah penghasilan yang sifatnya regular dan yang diterimanya biasanya sebagai balas jasa atau kontra prestasi. Penghasilan barang bersifat regular dan biasa tetapi tidak selalu berbentuk balas jasa dan diterimakan dalam bentuk barang atau jasa.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Didik Sutro Purnomo & Supratman (2011) yang berjudul "Pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi pada Siswa dan Siswi di SMA Negeri 2 Sukoharjo" dimana pada penelitian ini lebih banyak orang tua yang berpenghasilan rendah yaitu sebanyak 52,5%. Sedangkan pada penelitian ini lebih banyak orang tua yang berpenghasilan tinggi yaitu sebanyak 56,7%. Asumsi peneliti terkait penghasilan orangtua responden penelitian didapatkan orang tua yang berpenghasilan menengah lebih banyak daripada yang berpenghasilan tinggi dikarenakan tempat dilakukannya penelitian adalah sekolah yang mayoritas bukan sekolah favorit, kebanyakan orang tua yang berpenghasilan tinggi menyekolahkan anaknya di sekolah favorit, sehingga di dapatkan hasil penelitian ini mayoritas orang tua siswa berpenghasilan sedang.

## Variabel

### Depresi

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil dari 557 siswa yang bersedia menjadi responden didapatkan siswa yang tidak depresi 54 siswa (9,4%), siswa yang depresi didapatkan 521 siswa (90,6%). Menurut (Towsend, 2009) depresi merupakan suatu kondisi dimana seseorang merasa sedih, kecewa saat mengalami suatu perubahan, kehilangan maupun kegagalan dan menjadi patologis ketika tidak mampu beradaptasi. Sejalan dengan penelitian Mukhrifah damaiyanti (2016) yang berjudul "Prevalence of depression among high school adolescents" dimana pada penelitian ini didapatkan dari 552 responden remaja, didapatkan hasil depresi dengan presentase sebesar 52,7% yang artinya lebih dari separuh responden mengalami depresi. Asumsi peneliti terkait depresi responden penelitian yang didapatkan hasil cukup tinggi dikarenakan nilai potong yang digunakan berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan cut off point 18 dan dalam penelitian ini menggunakan cut off point 20 sehingga didapatkan hasil depresi pada siswa sekolah menengah atas cukup tinggi.

### 2. Analisa bivariate

Hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas.

Hasil penelitian tentang hubungan pikiran otomatis dengan depresi menggunakan uji statistic spearman rho menunjukkan bahwa variabel pikiran otomatis negatif memiliki hubungan dengan variabel depresi dengan nilai p-value sebesar  $0,025 < 0,05$  yang berarti  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yaitu ada hubungan signifikan antara pikiran otomatis negatif dengan depresi

pada siswa sekolah menengah atas dan kejuruan. Dari sejumlah peneliti mengemukakan dari hasil penelitian mereka bahwa pikiran negatif merupakan factor yang utama yang berkaitan erat dan menyebabkan depresi pada kebanyakan remaja (Duangjai at al,2012). Khasanah (2014), mengemukakan *Automatic thoughts* atau pikiran otomatis adalah aliran pikiran dimana ia berada berdampingan dengan banyak kumpulan aliran pikiran. Kita sering sedikit menyadari adanya pikiran-pikiran ini. Ketika kita menjadi lebih menyadari pikiran-pikiran tersebut, maka secara otomatis kita akan melakukan reality check. Reality check ini berguna untuk mengetahui apakah kita sedang berada dalam masalah psikologis atau tidak yang dapat terlihat dari bentuk pikiran otomatis kita sendiri. Sejalan dengan penelitian (Duangjai at al, 2012) yang berjudul "*Testing a model of depression among thai adolescents*" dimana pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan stratified random sampling dengan responden sebanyak 800 remaja dari umur 14 sampai 19 tahun. Didapatkan hasil signifikan antara pikiran otomatis negatif dengan depresi dengan nilai korelasi sebesar 0,049 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pikiran otomatis negatif dengan depresi pada kalangan remaja Thailand. Asumsi peneliti terkait hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi adalah pikiran otomatis sangat berpengaruh terhadap gejala depresi pada seseorang, ketika seseorang sudah mulai membiarkan pikiran negatifnya menguasai maka sangat besar pula kemungkinan orang tersebut mengalami depresi.

#### 4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas diperoleh sebagai berikut :

- 1) Sebagian besar siswa sekolah menengah atas yang menjadi responden berusia 16 tahun (44,5%). Sebagian besar siswa sekolah menengah atas didominasi siswa berjenis kelamin laki-laki 410 siswa (71,3%). Responden yang menjadi sampel penelitian di dominasi oleh siswa yang beragama islam. Pekerjaan orang tua dari responden penelitian didominasi yang memiliki pekerjaan swasta sebanyak 304 siswa (52,9%). Penghasilan orang tua responden penelitian kebanyakan memiliki penghasilan 1 sampai dengan 3 juta sebanyak 326 siswa (56,7%).
- 2) Siswa sekolah menengah atas yang bersedia menjadi responden kebanyakan mengalami gejala depresi didapatkan 521 siswa (90,6%) dan siswa yang tidak mengalami gejala depresi 54 siswa (9,4%).
- 3) Ada hubungan signifikan antara pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas dengan nilai p-value sebesar 0,025 ( $0,025 < 0,05$ ).

#### SARAN DAN REKOMENDASI

Dalam penelitian ini ada beberapa saran yang dapat disampaikan yang mungkin bermanfaat yaitu sebagai berikut :

- 1) Bagi institusi  
Bagi institusi pendidikan, hasil yang didapat dari penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan tambahan informasi dalam hal memperbanyak dan memperluas ilmu pengetahuan terutama yang terkait dengan keperawatan jiwa dan juga bisa melakukan pengabdian masyarakat ke sekolah-sekolah ataupun ke lingkungan masyarakat terkait pembahasan tentang masalah kesehatan jiwa yang rentan terjadi pada usia remaja.
- 2) Bagi tempat penelitian  
Dapat menjadikan masukan agar dapat meningkatkan upaya pendidikan kesehatan terhadap keluarga maupun masyarakat khususnya cara mendeteksi gejala depresi pada siswa sekolah menengah atas. Adanya konseling di tiap sekolah untuk mendeteksi gejala depresi pada siswa, bisa menggunakan tenaga medis yang expert di bidang kejiwaan atau bekerjasama dengan Universitas Muhammadiyah untuk kader dalam konseling dalam deteksi gejala depresi.
- 3) Bagi peneliti  
Dapat menjadi tambahan dalam mengembangkan ilmu-ilmu yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan dan mendapatkan informasi mengenai depresi pada siswa sekolah menengah atas dan kejuruan.
- 4) Bagi penelitian selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dikembangkan dengan melihat dari faktor lain seperti pengalaman responden, diharapkan jika ada penelitian yang ingin melanjutkan penelitian ini, disarankan penelitiannya menggunakan variabel lebih tinggi dan menggunakan factor factor yang lain yang berhubungan dengan depresipada siswa sekolah menengah atas.

#### REFERENSI

- Andarmoyo, Sulisty. 2012. *Keperawatan Keluarga Konsep Teori, Proses dan Praktik Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Arita, Murwani.2007. *Asuhan Keperawatan Keluarga Konsep dan Aplikasi Kasus*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press.
- Azhim, S. (2008). *Cara Islami Mencegah dan Mengobati Gangguan Otak Stres dan Depresi* . Jakarta: Qultum Media Indonesia.
- Badan Pusat Statistik. 2014. *Kabupaten Malang dalam Angka*. Malang: Badan Pusat Stastistik Kabupaten Malang.
- Borawski EA, Ievers-Landis CE, Lovegreen LD, Trapl ES. Parental monitoring, negotiated unsupervised time, and parental trust: The role of parenting practices in adolescent health risk behaviors. *Journal of Adolescent Health*. 2003;33:60–70.
- Brooker, Chris (editor). (2008). *Ensiklopedia Keperawatan Edisi Bahasa Indonesia*. Jakarta: EGC

- Damaiyanti, M., Rungreangkulkij Somporn. (2016). *Prevalence and predictors of depression among high school students in Indonesia. Journal of Nursing Science & Health* Vol.39 No.1. Depkes RI. 2010. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta : Depkes RI.
- Daniel WW, (1999). *Biostatistic: a foundation for analysis in the health sciences*. Vol. 7, New York.
- Emilda, F & Machira, V.R, & Wahab, A (2015) “keakraban orang tua, remaja, dan depresi remaja SMA di kota Yogyakarta” Salemba Medika.
- Friedman. 2010. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Guerry JD, Prinstein MJ. Longitudinal prediction of adolescent non-suicidal self-injury: examination of a cognitive vulnerability-stress model. *J Clin Child Adolesc Psychol*. 2010;39:77-89.
- Gullamo-Ramos, V., & eds, J. J. (2010). *Parental Monitoring of Adolescents*. New York: Columbia University Press
- Hankin BL, Abela JR. Nonsuicidal self-injury in adolescence: prospective rates and risk factors in 2 ½ year longitudinal study. *Psychiatry Res*. 2011;186:65-70.
- Harjani, Hefni, Komunikasi Islam, Jakarta: Prenada Media Group, 2015
- Herdiansyah, haris. 2010. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hollon, S. D., & Kendall, P. C. (1980). Cognitive self-statements in depression: Development of an automatic thoughts quissionaire. *Cognitive therapy and research*. Vol 4: 383-395.
- Junaidi, Iskandar (2012). *Anomali Jiwa Cara Mudah Mengetahui Penyimpangan Jiwa dan Prilaku Tidak Normal Lainnya*. Yogyakarta : ANDI
- Kaligis F, Amir N, Diatri H. *How Depression is treated in Indonesia*. Jakarta: University ofIndonesia; 2011.
- Kaplan, HI, Saddock, BJ & Grabb, JA., 2010. *Kaplan-Sadock Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Prilaku Psikiatri Klinis*. Tangerang : Bina Rupa Aksara pp.1-8.
- Keliat, B.A., , A.P. Wiyono, dan , H. Susanti. *Manajemen Kasus Gangguan Jiwa: CMHN (Intermediate Course)*. EGC. Jakarta. 2012..
- Liliweri, Alo. (2008). *Dasar – Dasar Komunikasi Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Lubis, Namora Lumongga. 2009. *Depresi: Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Mery SN, et al. Psychological and educational intervention for preventing depression in children and adolescents. *Cochrane Database Syst Rev* 2011; 7(12).
- Muhlisin Abi. 2012. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Muntaha, Ahmad, 2011, *Berpisah-Menyatu dan Berbagi Ruang Rindu di Media Baru dalam Ilmu Komunikasi : Sekarang dan Tantangan Masa Depan*, Prenada Media Group, Jakarta.
- Nock MK. Self-injury. *Ann Rev Clin Psychol*. 2010;6:339-363.
- Notoatmodjo, Soekidjo, (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Puspitawati, Herien. (2013). *Pengantar Studi Keluarga*. Bogor: IPB Press.
- R. Rohner, “*Glossary of significant concepts in Parental acceptance-rejection theory (PAR Theory)*,” Retrieved May, vol. 20, 2005.
- Rakhmat J. 2007. *Psikologi Komunikasi*. Remaja Karya,Bandung.
- Rianto, (2011). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Ryan, J., Roman, N. V., & Okwany, A. (2015). The Effects of Parental Monitoring and Communication on Adolescent Substance Use and Risky Sexual Activity: A Systematic Review. *The Open Family Studies Journal*, Vol. 7, 12-27.
- Safwan A., (2017). “*Depression, Anxiety, And Stress Among Addolance In Kuantan And Its Association With Religion*” vol 36, no. 1, 173-185.
- Santrock JW. *Remaja*. Edisi 11. Jilid 1. Jakarta : Erlangga; 2007.
- Siboro, E. N. (2012), *Pola komunikasi keluarga berhubungan dengan tingkat depresi pada lansia di Kelurahan Padang Bulan Medan*.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukmadinata, N.S. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosadakarya
- Tobing, H., (2009). *Terapan cognitive behavior therapy dalam dunia kedokteran*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Towsend, M.C., *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice*, 6th ed., F.A Davis. Philadelphia. 2009.
- Vandenbos, G. R. 2008. *APA Dictionary Of Psychology*. Washington DC : American Psychological Association.
- West, Richard dan Lynn H. Turner, *Pengantar Teori Komunikasi, Edisi 3 Analisis Dan Aplikasi Buku 1 terjemahan*, Salemba Humanika, Jakarta, 2008
- WHO. *World Health Statistics 2015*: World Health Organization; 2015.
- WHO., 2010. *The World Health Report 2010*.
- Wong, D. L., Marilyn, H. E., David, W.,Marilyn, L. W., & Patricia, S. (2008). *Buku ajar keperawatan pediatric* (Agus Sutarna, Neti Juniarti, & Kuncara, Penerjemah).Vol. 2. (Ed.6). Jakarta: EGC.
- Wong. D.L (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Volume 1. Jakarta: EGC.
- Yosep, I. (2009). *Keperawatan Jiwa*, edisi Revisi., Bandung: PT. Refika Aditama