

Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Kecemasan pada Pelaku Rawat (*Caregiver*) Pasien Stroke di Wilayah Kerja Puskesmas Sempaja

Fahri Ramadhani *¹, Muhammad Bachtiar Safrudin²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: fahri6451@gmail.com

Diterima: xx/xx/xx

Revisi: xx/xx/xx

Diterbitkan: xx/xx/xx

Abstrak

Tujuan studi: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada pelaku rawat (*caregiver*) pasien stroke di wilayah kerja Puskesmas Sempaja.

Metodologi: Instrumen Penelitian ini menggunakan kuesioner dan aromaterapi, desain *pre-eksperimen* dengan rancangan *the one group pretest-posttest design*. Jumlah responden sebanyak 17 orang. Penelitian ini menggunakan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian pada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pelaku rawat (*caregiver*) pasien stroke didapatkan nilai asymp. Sig (2-tailed) ($0,000 < 0,005$). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna dalam pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pelaku rawat (*caregiver*) pasien stroke di wilayah kerja Puskesmas Sempaja.

Manfaat: Diharapkan bisa menerapkan aromaterapi lavender agar dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami selama merawat pasien stroke, Hasil penelitian ini dapat menambah bahan bacaan di perpustakaan sehingga menjadi bahan referensi bagi yang membacanya, sebagai pengembangan dan evaluasi baik dalam isi maupun metode yang digunakan dalam penelitian ini.

Abstract

Purpose of study: Anxiety experienced by the caregiver in the long term can lead to depression in the caregiver's own.

Methodology: This study aimed to determine the effect of lavender aromatherapy to decrease anxiety in caregivers of stroke patients in Puskesmas Sempaja. This study uses a pre-experimental design with the design of the one-group pretest-posttest design. The number of respondents as many as 17 people.

Results: This study used a non-parametric test of Wilcoxon Signed Ranks Test. Based on the results of research on the effects of lavender aromatherapy on anxiety reduction caregivers asymp values obtained stroke patients. Sig (2-tailed) ($0.000 < 0.005$). Then H_0 is rejected and H_a accepted so that it can be concluded that there is a significant influence in the administration of lavender aromatherapy to decrease anxiety caregivers stroke patients in Puskesmas Sempaja.

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: *Aromaterapi lavender, kecemasan, pelaku rawat (caregiver)*

1. PENDAHULUAN

Stroke adalah salah satu penyakit tidak menular penyebab kematian dan kecacatan. Setelah penyakit jantung koroner dan kanker baik dinegara maju maupun berkembang, stroke merupakan penyakit yang menyebabkan kematian ketiga. Di dunia, 15 juta orang terkena serangan stroke setiap tahunnya, satu pertiga meninggal dan sisanya mengalami kecacatan permanen. Kematian akibat stroke sebesar 51% di seluruh duniadisebabkan oleh tekanan darah tinggi. Selain itu, diperkirakan sebanyak 16% kematian stroke dikarenakan meningkatnya kadar glukosa didalam tubuh (World Health Organization, 2018).

Di Indonesia penyakit tidak menular menunjukkan adanya kecenderungan dan mengalami peningkatan. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2007 berdasarkan diagnosis dan gejala adalah 0,8%, dan 2013 tampak kecenderungan peningkatan prevalensi stroke berdasarkan diagnosis pada penduduk yang berumur 15 tahun keatas sebesar 7%, fenomena ini diprediksi akan terus berlanjut, tahun 2018 prevalensi stroke meningkat menjadi 10,9%. Dari hasil Riset Kesehatan Daerah tahun 2018, Kalimantan Timur berada pada posisi pertama dengan prevalensi stroke tertinggi sebesar 14,7% dibandingkan dengan provinsi lainnya. Prevalensi stroke terendah terletak di daerah Papua dengan jumlah 4,1% (Risikesdas, 2018). Menurut data Rekam Medik RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda jumlah pasien di ruang Unit Stroke tahun 2017 yaitu sebanyak 488 pasien, dimana untuk Stroke Non-Hemoragik sejumlah 274 dan Stroke Hemoragik sebesar 214 pasien.

Berdasarkan dari Badan Penyelenggaraan Kesehatan (BPJS) tahun 2015, biaya pelayanan kesehatan pada penyakit stroke menghabiskan biaya sebesar Rp.1,15 triliun, dan meningkat pada tahun 2016 sebesar Rp.1,27 triliun, yang berarti meningkat sebesar 10,4% dalam kurun waktu 1 tahun (Risikesdas, 2013).

Penatalaksanaan stroke terdiri dari dua tahapan. Pertama ialah tahap akut, dan tahap kedua yaitu rehabilitasi. Peran keluarga didalam rehabilitasi pasien stroke begitu penting. Sejalan dengan hal itu pemulihan pasien akan semakin terbantu bila keluarga memberikan dorongan, memperlihatkan kepercayaan pada perbaikan pasien dan memungkinkan pasien melakukan banyak hal yang dapat dikerjakan dan beraktifitas semandiri mungkin. Begitu banyaknya tanggung jawab ini menjadikan tantangan tersendiri untuk kerabat atau keluarga pada posisi pelaku rawat (*caregiver*) (Friedman 2016).

Keberadaan *caregiver* sebagai penyambung program rehabilitasi dari pelayanan kesehatan awal pasien pasca stroke dirawat semakin memiliki peran yang signifikan, sehingga berhasilnya perawatan berkelanjutan dirumah adalah salah satunya karena peranan *caregiver*. Namun saat berada di rumah, terdapat beberapa kendala yang dirasakan pelaku rawat, sebanyak 40% *caregiver* mengalami gejala somatik atau mengalami gangguan kesehatan. (Purdani, 2016).

Caregiver harus membagi waktu antara pekerjaan, keluarga dan merawat penderita stroke. Karena sifatnya yang melemahkan dan kronis, merawat korban stroke seringkali memberi beban pada *caregiver*. Semakin tinggi derajat kecacatan pasien stroke semakin tinggi pula beban yang dirasakan oleh *caregiver* yang dapat mempengaruhi kondisi fisik, psikologis, sosial dan ekonomi mereka. Sekitar 30-68% *caregiver* yang merawat penderita stroke mengalami beban psikis yaitu kecemasan dan depresi. Kecemasan yang dialami oleh *caregiver* dalam jangka waktu yang panjang dapat mengakibatkan depresi pada *caregiver* itu sendiri (Agusthia, 2018).

Kecemasan yang dialami pasien dan keluarga biasanya terkait dengan ancaman keselamatan jiwa dan segala macam perubahan yang akan dialami *caregiver*. Kecemasan adalah keadaan dimana seseorang mengalami gelisah, ke hawatiran atau cemas dalam berespon terhadap ancaman yang tidak jelas dan tidak spesifik serta dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya. Secara teoritis kecemasan dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan antidepresan golongan *Selective Serotonin Re-uptake Inhibitor* (SSRI) dan *Serotonin and Norepinephrine Reuptake Inhibitors* (SNRI). Adapun terapi nonfarmakologi ialah komunikasi terapeutik, psikofarma, psikoterapi, psikoreligius, teknik distraksi dan relaksasi aromaterapi (Fatmawati, 2016).

Menggunakan aromaterapi sebagai terapi penyembuhan nonfarmakologi. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak *essential* untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi menjadi lebih baik. Setiap minyak *essential* memiliki efek farmakologis yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal. Ketika minyak *essential* dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak, yang berhubungan dengan memori dan emosi (Anna, 2010).

Salah satu aromaterapi yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah lavender yang sebagian besar mengandung linalool dan linalool asetat sekitar 30-60% dari total berat minyak, dimana linalool merupakan kandungan yang diketahui dapat memberikan efek relaksasi (Nuraini, 2014).

Aromaterapi jenis lavender adalah jenis aromaterapi yang dinilai dapat mengurangi perasaan negatif pada tubuh seperti cemas, depresi, sedih, dan emosi lainnya. Aromaterapi ini dapat digunakan melalui beberapa cara, yaitu inhalasi, berendam, pijat dan kompres. Dari cara tersebut, tehnik inhalasi adalah cara yang termudah untuk di aplikasikan (Widyastuti dkk, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah Puskesmas Sempaja dengan metode wawancara, kepada 5 pelaku rawat pasien stroke yang diwawancarai 3 orang pelaku rawat diantaranya merasa cemas dengan tugasnya sebagai *caregiver*.

2. METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan yaitu eksperimen dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pre-eksperimen. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 17 orang, dengan kriteria inklusi *caregiver* yaitu: Pelaku rawat (*caregiver*) insan *pasca* stroke, pasien stroke yang berdomisili di kota Samarinda, *caregiver* dapat membaca dan menulis, pasien stroke yang tidak mampu melakukan

aktivitas sehari-hari, *caregiver* yang merawat pasien stroke di rumah. Dan kriteria eksklusinya yaitu: Pasien stroke tidak berdomisili di wilayah Sempaja, *caregiver* tidak bersedia menjadi responden, *caregiver* dengan gangguan penciuman. Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah alat ukur kuesioner kecemasan HARS untuk mengukur kecemasan pada *caregiver*, aromaterapi sebagai alat untuk menurunkan tingkat kecemasan pada *caregiver*. Penelitian ini dilakukan secara bertahap selama ± 1 minggu yaitu pada bulan Juni yang dilakukan di daerah Sempaja.

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat dengan menggunakan SPSS. Pada penelitian ini analisa univariat yang digunakan adalah presentase tingkat kecemasan yang dialami oleh pelaku rawat (*caregiver*) sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Analisa bivariat untuk menguji pengaruh aromaterapi pada pelaku rawat (*caregiver*) pasien stroke dengan menggunakan uji Wilcoxon nonparametik

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*.

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik responden

Variable	Frekuensi	%
Umur	X: 3,31	SD: 0,993
14 Tahun	0	0%
15 Tahun	115	20%
16 Tahun	256	44,5%
17 Tahun	126	21,9%
18 Tahun	64	11,1%
19 Tahun	14	2,4%
Jenis Kelamin	X: 1,29	SD: 0,453
Laki – Laki	410	71,3%
Perempuan	165	28,7%
Agama	X: 1,13	SD: 0,595
Islam	535	93%
Protestan	28	4,9%
Budha	1	0,2%
Katolik	11	1,9%
Pekerjaan Orang Tua	X: 5,18	SD: 2,626
Polisi	2	0,3%
TNI	2	0,3%
Swasta	304	52,9%
IRT	21	3,7%
Petani	23	4,0%
Karyawan	19	3,3%
Guru	5	0,9%
PNS	76	13,2%
Lain-Lain	123	21,4%

Penghasilan Orang Tua	X: 2,05	SD: 0,657
<1 Juta	111	19,3%
1-3 Juta	326	56,7%
>3 Juta	138	24,0%
Total	575	100%

Sumber: Data Primer 2019

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 persentase yaitu (71,3%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan agamayang terbanyak yaitumayoritasrespondenmenganut agama islam 535 responden dengan persentase (93%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan orang tua yang terbanyak yaitu mayoritas orang tua responden bekerja sebagai swastayaitu sebanyak304 responden dengan persentase (52,9%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan penghasilan orang tua yaitu 1-3 juta sebanyak 326 responden dengan persentase (56,7%).

b. 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 **Tabel 2** yaitu:

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

Variabel	Mean	Median	SE	SD	Nilai Min	Nilai Max	95%	
							Lower	Uper
Pikiran otomatis negative	65,45	62,00	0,810	19,426	37	136	63,86	67,04
Depresi	32,13	32,00	0,395	9,462	6	60	31,36	32,91

Sumber: Data Primer 2019

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%).

c. 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

Pikiran otomatis negatif	0.94*	0.025
--------------------------	-------	-------

Sumber: Data Primer 2019

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 Analisa univariat

a. 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, dkk, 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 Abi, 2012](#)) 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 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 Emilda, Carla Machira, Abdul Wahab \(2015\)](#) 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. Sejalan dengan penelitian [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 siswa 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.

b. Variabel

1) 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-offpoint* 18 dan dalam penelitian ini menggunakan *cut-offpoint* 20 sehingga didapatkan hasil depresi pada siswa sekolah menengah atas cukup tinggi.

3.1 Analisa bivariat

Hubungan pikiran otomatis negatif dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas Hasil penelitian tentang hubungan pikiran otomatis dengan depresi menggunakan uji statistik *spearmanrho* menunjukkan bahwa variabel pikiran otomatis negatif memiliki hubungan dengan variabel depresi dengan nilai p-value sebesar $0,025 < 0,05$ yang berarti H_0 diterima dan H_1 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 faktor yang utama yang berkaitan erat dan menyebabkan depresi pada kebanyakan remaja.

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 *realitycheck*. *Realitycheck* 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 all pada tahun \(2012\)](#) 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 :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%). 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%). 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:

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.

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.

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.

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 faktor faktor yang lain yang berhubungan dengan depresi pada siswa sekolah menengah atas.

REFERENSI

- Agusthia, M. (2018). Pengaruh terapi Psikoedukasi Terhadap beban *caregiver* dalam merawat pasien stroke, *Jurnal Endurance*, 3, 2, 278-283.
- Anna. 2010. *Aktifitas fungsional & terapi reaksi*. Diakses tanggal 12 Desember 2013.
- 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.
- Didik Sutro Purnomo & Supratman (2011) *Pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi pada Siswa dan Siswi di SMA Negeri 2 Sukoharjo*.
- Duangjai at all pada tahun (2012) *Testing a model of depression among thai adolescents*.
- Emilda, F & Machira, V.R, & Wahab, A (2015) "keakraban orang tua, remaja, dan depresi remaja SMA di kota Yogyakarta" Salemba Medika.
- Fatmawati, A. 2016. Pengembangan Perangkat Pembelajaran Konsep Pencemaran Lingkungan Menggunakan Model Pembelajaran Berdasarkan Masalah Untuk SMA Kelas X. *Jurnal Edusains*, Vol. 4 No. 2, 2338-4387.
- Muji rahayu tahun (2012) *Hubungan Persepsi Gambaran Diri Dengan Harga Diri Pada Siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta*
- MukhlisAbi. 2012. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Nuraini, S. 2014. *Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Hipertensi Pada Usia Muda di Wilayah Kerja Puskesmas dusun RT 1-3 Desa Karang Kecamatan Balong*. Ponorogo: Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan UNUMUH PONOROGO.
- Potter & Perry. 2009. *Findamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika.
- Purdani, K.S. (2016). *Jurnal Studi Deskriptif Beban Caregiver Insan Pasca Stroke di Rumah Sakit Panti Wilasa dr. Cipto Semarang*. Diakses tanggal 22 Juli 2018.
- Safitri Y. & Hidayati E., (2013) *Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Tingkat Depresi Remaja di SMK* 10 November.

- Safwan A., (2017). *“Depression, Anxiety, And Stress Among Addolance In Kuantan And Its Association with Religion”* vol 36, no. 1, 173-185.
- Towsend, M., C. (2009). *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice*, 6th ed., Philadelphia: F. A. Davis
- WHO. World Health Statistics 2018: World Health Organization; 2018.
- WHO. 2010. The World Health Report 2010.
- Widyastuti, Y. (2013). *Efektivitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Dan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Fraktur Femur Di Rs Ortopedi Prof. Dr.R Soeharso Surakarta.*
- Widiastuti, R. (2009). *Coping Stress Pada Primary Caregiver Penderita Penyakit Alzheimer.* Medan: F.Psikologi USU.