

HUBUNGAN ANTARA PRESTASI REMAJA SMA YANG DIKONSULKAN KE BIMBINGAN DAN KONSELING DENGAN TINGKAT DEPRESI

Lourensia Brigita A.P.¹, Alifiati Fitrikasari², Titis Hadiati²

¹Mahasiswa Program Pendidikan S-1 Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

² Staf Pengajar Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

Jl. Prof. H. Soedarto, SH., Tembalang -Semarang 50275, Telp. 02476928010

ABSTRAK

Latar Belakang : Ketidakmampuan remaja bertahan dalam menghadapi permasalahan berlebihan dapat menjadi stressor. Di mana penurunan dan kegagalan prestasi akademik pada remaja SMA kelas 10, 11, dan 12 yang sedang berada dalam masa transisi kehidupannya ini dapat membuatnya jatuh dalam kondisi depresi.

Tujuan: Membuktikan adanya hubungan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi.

Metode : Jenis penelitian adalah penelitian observasional analitik dengan rancangan belah lintang. Responden penelitian sebanyak 69 remaja SMA Kristen Tritunggal Semarang kelas 10, 11, dan 12 yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling. Prestasi diukur menggunakan laporan hasil belajar peserta didik, sedangkan tingkat depresi diukur menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory-II*.

Hasil : Tingkat depresi pada responden adalah 69,6 % tidak mengalami depresi; 21,7 % mengalami depresi ringan; 5,8 % mengalami depresi sedang; dan 2,9 % mengalami depresi berat. Pada uji *Kolmogorov-Smirnov* ditemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi.

Kesimpulan : Tidak ada hubungan signifikan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi karena perilaku turut menjadi alasan remaja tersebut dikonsulkan, selain itu remaja aktif melakukan aktivitas kegemarannya sehingga menurunkan depresi, serta peran Bimbingan dan Konseling dalam melakukan penanganan.

Kata Kunci : Prestasi, remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling, tingkat depresi

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN SENIOR HIGH SCHOOL TEENAGERS' ACHIEVEMENT THAT IS CONSULTED AT GUIDE AND COUNSELING WITH THE LEVEL OF DEPRESSION

Background : Inability teenagers survive in the face of excessive problems can be a stressor. Thus, decrease and failure of academic achievement in teenagers high school grade 10, 11, and 12 which are in a transitional period of life can make them fall in a state of depression.

Goal : To prove that there is a relation between Senior High School teenagers' achievement that is consulted at Guide and Counseling with the level of depression.

Method : Method of this research is analytical observational with cross sectional design. There are 69 teenager respondents from Tritunggal Senior High School students' grade 10, 11, and 12 that is consulted in Guide and Counseling. The achievement is measured by using

the academic result of student. While, the depression level is measured by *Beck Depression Inventory-II* questionnaire.

Result : The result of depression level are 69,6 % do not experiencing depression; 21,7 % experiencing mild depression; 5,8 % experiencing moderate depression; dan 2,9 % experiencing severe depression. In *Kolmogorov-Smirnov* test finds that there is no significant relation between Senior High School teenagers' achievement that is consulted at Guide and Counseling with the level of depression.

Conclusion : There is no significant relation between Senior High School teenagers' achievement that is consulted at Guide and Counseling with the level of depression because on the attitude itself becomes the reason teenagers have to be consulted, and they are still active doing hobbies affected lowering depression. Moreover, Guide and Counseling has an important roles in handling students.

Keywords : Achievement, Senior High School teenagers' that is consulted at Guide and Counseling, depression level.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari seorang anak menjadi seorang dewasa.^{1,2} Mengikuti fisiologis perkembangan, remaja diharapkan dapat melalui segala badai kehidupan (*storm and stress*) dan ketegangan yang ditandai dengan perubahan suasana perasaan.³

Permasalahan - permasalahan yang dihadapi remaja, antara lain; masalah berkaitan dengan pertumbuhan jasmani, masalah psikologis, masalah interaksi sosial, masalah keluarga, masalah pendidikan, dan masalah pemikiran dan keputusan masa depan. Penelitian di Korea menemukan kekerasan yang terjadi di sekolah dan kegagalan memperoleh penghargaan akademik membuat remaja berada dalam situasi sulit dan tertekan.⁴ Didukung penelitian oleh Kiuru *et al* menyatakan terdapat pengaruh kesulitan belajar terhadap peningkatan simptom depresi pada remaja.⁵

Penurunan dan kegagalan prestasi dari peserta didik menggambarkan adanya tuntutan akademis yang terlampaui berat maupun kurangnya kemampuan adaptasi individu dalam proses belajar. Peningkatan prestasi akademik remaja menjadi fokus utama pelayanan yang diberikan konselor sekolah.⁶ Oleh karena permasalahan tersebut dapat menjadi stressor, di mana penurunan dan kegagalan dalam prestasi akademik menyebabkan remaja jatuh dalam kondisi depresi.⁷

Depresi sendiri merupakan gangguan alam perasaan (afek) yang ditandai dengan kemurungan, rasa sedih, rasa tak berdaya, rasa bersalah, rasa berdosa, sukar berkonsentrasi, daya ingat kurang, rasa sepi di tempat yang ramai, menarik diri dari pergaulan.³ Hal yang

paling dikhawatirkan ketika depresi tersebut semakin memburuk, maka dirinya akan merasa tidak berdaya, tidak berharga, dan tidak ada harapan lagi, yang pada akhirnya jatuh dalam kondisi ingin bunuh diri.⁸

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan rancangan cross sectional. Pengambilan data telah dilakukan pada bulan April 2015 dengan subyek remaja SMA Kristen Tritunggal Semarang kelas 10, 11, dan 12 yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling periode Agustus 2014 - Februari 2015 yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi penelitian ini, yaitu remaja SMA kelas 10, 11, dan 12 yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling terdaftar sebagai siswa aktif SMA Kristen Tritunggal Semarang periode Agustus 2014 - Februari 2015 dan bersedia menjadi responden dengan mengisi *informed consent*. Sampel di eksklusi apabila remaja tersebut telah terdiagnosis dan sedang mendapatkan terapi gangguan depresi dari psikiater.

Pemilihan subjek penelitian dilakukan secara total sampling. Analisis data meliputi analisis deskriptif dan uji hipotesis. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*.⁹ Uji ini dipilih karena untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan tabel 2 x K. Perbedaan dianggap bermakna apabila nilai $P < 0,05$.⁹

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi karakteristik umum responden

Karakteristik umum responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia (tahun)		
15	14	20,3
16	29	42,0
17	18	26,1
18	8	11,6
Jenis kelamin		
Laki - laki	58	84,1

Perempuan	11	15,9		
Total	69	100		
Golongan BMI				
<i>Underweight</i>	6	8,7		
Normal	41	59,4		
<i>Overweight</i>	17	24,6		
<i>Obesitas</i>	5	7,2		
Status tempat tinggal				
Kos	4	5,8		
Mess	3	4,3		
Rumah orang tua	59	85,5		
Rumah saudara	3	4,3		
Frekuensi <i>hobby</i>				
1	10	14,5		
2	15	21,7		
3	10	14,5		
4	5	7,2		
5	7	10,1		
6	2	2,9		
7	19	27,5		
14	1	1,4		
Uang saku				
Bawah 803.623,19	46	66,7		
Atas 803.623,19	23	33,3		
Status orang tua kandung				
Utuh	64	92,8		
Berpisah	5	7,2		
Orang tua kandung	Ayah	Ibu	Ayah (%)	Ibu (%)
Masih hidup	68	65	98,6	94,2
Tidak	1	4	1,4	5,8

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia 16 tahun (42,0 %). Usia paling muda dari responden adalah 15 tahun, sedangkan usia paling tua adalah 18 tahun. Mayoritas responden adalah remaja laki - laki, dengan perbandingan 5 : 1 terhadap perempuan. Sebanyak 41 responden (59,4 %) dengan golongan BMI normal, dan lainnya termasuk dalam *underweight*, *overweight*, dan obesitas. Mayoritas sebanyak 85,5 % tinggal di rumah orang tua, diikuti dengan 5,8 % tinggal di kos, dan sisanya tinggal di mess, maupun rumah saudara. Rata - rata responden melakukan kegemarannya adalah 4,12 kali/minggu. Rata - rata uang saku responden adalah 803.623,19 rupiah/bulan. Responden yang memiliki uang saku di atas rata - rata sebanyak 23 responden (33,3 %). Orang tua kandung dengan status berpisah sebanyak 5 responden (7,2 %).

Tabel 2. Hubungan prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi

		Tingkat depresi								p
		Normal		Depresi		Depresi		Depres		
		n	%	n	%	n	%	n	%	
Prestasi	Tidak memenuhi ketentuan	21	60,0	8	22,9	4	11,4	2	5,7	0,534
	Memenuhi ketentuan	27	79,4	7	20,6	0	0	0	0	
	Total	48	69,6	15	21,7	4	5,8	2	2,9	

Uji Kolmogorov-Smirnov

Berdasarkan hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* ditemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi dengan nilai $p = 0,534$.

PEMBAHASAN

Penggambaran stressor pada remaja tertuang dalam faktor demografi meliputi usia, jenis kelamin, kelas, BMI (*Body Mass Index*), permasalahan dalam diri individu, permasalahan sosial, permasalahan di sekolah, dan permasalahan dalam keluarga. Hal ini sesuai dengan faktor - faktor yang mengganggu kestabilan (stres) individu menurut Yusuf S dkk.¹⁰

Mayoritas responden adalah kelas 10, di mana mereka berada dalam situasi sedang mengeksplorasi dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekolah. Masalah - masalah baru akan muncul karena remaja masih dalam masa transisi kehidupannya.¹⁰ Jumlah remaja laki - laki penelitian ini mendominasi di mana mereka cenderung memberontak pada aturan, melarikan diri dari permasalahan, hiperaktif, dan agresif. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Petersen *et al* yang tertuang dalam *Journal of Youth Adolescents*.¹¹

Body Mass Index responden yang tergolong normal sekitar 59,4 %. Bagi remaja, postur tubuh yang tidak sesuai dengan harapan mempengaruhi mereka dalam berinteraksi dan tingkat kepercayaan diri. Sehingga muncullah perasaan tidak puas yang dapat menyebabkan stres pada remaja.¹²

Dalam uji hipotesis menyatakan tidak adanya hubungan yang signifikan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan Park Jae Yeon dkk pada 664 remaja SMA di Seoul dan Provinsi Gyeonggi menunjukkan stress akademik secara signifikan meningkatkan kejadian depresi pada remaja, pikiran bunuh diri, rencana bunuh diri, dan percobaan bunuh diri.⁴ Selain itu, penelitian yang dilakukan Sari dkk pada 2266 remaja SMP di Pori menunjukkan *grade point average* memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat depresi.¹³ Pada penelitian ini, persentase responden yang mengalami depresi sedang dan berat adalah 5,8 % dan 2,9 %. Dengan angka persentase yang kecil tersebut tidak dapat memberikan gambaran hubungan antara prestasi dengan tingkat depresi. Selain itu, penelitian ini menggunakan subyek remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling, yang memiliki permasalahan bukan hanya dalam hal prestasi akademik melainkan juga perilaku dengan beragam faktor yang melatarbelakangi permasalahan tersebut. Dalam hal ini, remaja tersebut membutuhkan bimbingan untuk membantunya menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Bimbingan dan Konseling di sekolah ini berperan besar bagi peserta didik. Bimbingan dan Konseling akan segera melakukan penanganan bagi peserta didik yang bermasalah dan tidak memenuhi ketentuan nilai. Bimbingan dan Konseling juga berupaya untuk memberikan motivasi sekaligus menguatkan kepribadian dari peserta didik. Penguatan kepribadian yang diberikan kepada seorang individu membuat dirinya lebih tahan berada dalam kondisi yang mengganggu kestabilannya (stres),¹⁴ sehingga individu tidak mudah jatuh dalam keadaan depresi yang berat.

Dalam penelitian ini pula mengungkapkan, mayoritas responden masih aktif melakukan kegemaran (*hobby*) sebanyak 7 kali/minggu. Adapun aktivitas yang dilakukan beragam, antara lain futsal, basket, berenang, badminton, taekwondo, golf, tenis, bermain musik, memancing, *camping*, dan lain - lain. Sehingga, hal tersebut dapat membantu peserta didik dalam menurunkan depresi.¹⁵

Adapun keterbatasan pada penelitian ini yakni responden hanya berasal dari satu sekolah sehingga pemenuhan jumlah subyek penelitian lebih kecil dibandingkan penelitian lainnya. Periode penelitian dengan cakupan yang pendek juga membatasi dalam perolehan subyek dan pelaksanaan penelitian. Penggunaan kuesioner BDI-II yang tidak spesifik hanya untuk remaja, di mana pada kuesioner ini dapat digunakan pada remaja dan dewasa. Selain itu, penggunaan kuesioner tidak dapat menjamin kejujuran responden dalam menjawab pertanyaan - pertanyaan yang ada di dalamnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi didapatkan simpulan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan tingkat depresi.

Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya responden tidak hanya diambil dari satu sekolah, melainkan dari beberapa sekolah, dengan cakupan periode penelitian lebih panjang. Selain itu, disarankan untuk pemilihan kuesioner pengukuran depresi spesifik hanya untuk remaja. Untuk penelitian yang bersifat kuantitatif sebaiknya diikuti pula dengan penelitian kualitatif dengan melakukan wawancara mendalam, sehingga dapat menjamin kejujuran responden dalam menjawab pertanyaan. Untuk Bimbingan dan Konseling di sekolah tersebut telah melakukan peranannya dengan baik dalam membina remaja yang membutuhkan bimbingan, namun pendampingan moral secara personal perlu ditingkatkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia- Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan antara Prestasi Remaja SMA yang Dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan Tingkat Depresi”. Penulis juga berterima kasih kepada dr. Alifiati Fitrikasari, Sp. KJ (K) selaku dosen

pembimbing I dan dr. Titis Hadiati, Sp. KJ selaku dosen pembimbing II, kepada Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, Guru Bimbingan dan Konseling, dan para staf SMA Kristen Tritunggal Semarang, serta keluarga dan sahabat yang telah memberikan doa dan dukungan sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yusuf, Syamsu. Psikologi perkembangan anak dan remaja. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2001: 14-267.
2. Monks,F.J., Kneers.AMP, Haditono, Siti Rahayu. Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2001.
3. Ibrahim, AS. Gangguan alam perasaan: manik depresi. Edisi Pertama. Tangerang: Jelajah Nusa. 2011: 46-140.
4. Jae Yeon P, Ick Joong C. Adolescent suicide triggered by problems at school in Korea: analyses focusing on depression, suicidal ideation, plan, and attempts as four dimensions of suicide. *Child Ind Res [Internet]*. 2013 [cited 2014 Nov 17]; 7:75–88. Available from: Springer.
5. Kiuru N, Leskinen E, Nurmi, Jari-Erik, Salmela-Aro K. Depressive symptoms during adolescence: do learning difficulties matter?. *International Journal of Behavioral Development*. 2011; 35(4):298–306.
6. Gibson RL, Mitcheli MH. Bimbingan dan konseling. Yogyakarta: Pustaka Belajar; 2010.
7. Weinberg W, Rehmet A. Childhood affective disorder and school problems. *Affective disorders in childhood and adolescence: an update*. New York: Spectrum Publications; 1983: 109-128.
8. Greist JH, Jefferson JW. Depresi dan penyembuhannya: buku untuk penyembuhan gangguan mental nomor 1. Trans. Subrata C. Jakarta: Gunung Mulia; 1987.
9. Dahlan MS. Statistik untuk kedokteran dan kesehatan: deskriptif, bivariat, dan multivariat dilengkapi aplikasi dengan menggunakan SPSS. Jakarta: Salemba Medika. 2011: 19-187.
10. Yusuf S, Nurihsan AJ. Landasan bimbingan dan konseling. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya; 2011.
11. Petersen AC, Sarigiani PA, Kennedy RE. Adolescent depression: Why more girls?. *Journal of Youth Adolescents*. 1991; 20:247-271.
12. Washburn-Ormachea JM, Hilman SB, Sawilowsky SS. Gender and gender-role orientation differences on adolescents coping with peer stressors. *Journal of Youth and Adolescence*. 2004; 33(1): 31-4.
13. Frojd SA, Nissinen ES, Pelkonen MUI, Marttunen MJ, Koivisto AM, Heino RK. Depression and school performance in middle adolescent boys and girls. *Journal of Adolescence*. 2008; 31: 485-498.
14. Maddi SR. Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth. New York: Springer; 2013.
15. Aliabadi S, Zobairy M, Zobairy L. The relationship between depression and leisure time activity in female high school students. *Social and Behavioral Sciences*. 2013; 256-258.