

BAB II

DESKRIPSI OBYEK PENELITIAN

A. Depresi Remaja

Dilansir dari *health.grid.id*, Badan Penelitian & Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan menemukan bahwa penduduk Indonesia dengan usia 15 tahun ke atas sejumlah lebih dari 12 juta penduduk mengalami depresi dan memiliki gangguan mental emosional. Dalam data penelitian yang dilakukan oleh Tim Survei Kesehatan Indonesia pada tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi depresi tertinggi terlihat pada kelompok usia remaja (15 – 24 tahun) sebesar 2%. Survei Kesehatan Indonesia juga menemukan bahwa proporsi depresi remaja menunjukkan angka yang lebih banyak pada jenis kelamin perempuan yaitu 2,8% dibandingkan dengan laki-laki yaitu 1,1%.

Pemaparan data di atas menunjukkan bahwa kesehatan mental untuk usia remaja di Indonesia memerlukan perhatian khusus bagi pihak dan orang-orang di sekitar. Pernyataan ini didukung dengan hasil riset dari survei yang sama. Survei Kesehatan Indonesia juga menemukan kondisi dimana dari prevalensi remaja depresi tersebut adalah kelompok yang paling sedikit mendapatkan pengobatan. Hal tersebut dapat berpotensi menjadi penyebab terjadinya bunuh diri. Sulitnya mendapatkan akses pengobatan tidak hanya terjadi di tenaga profesional atau fasilitas kesehatan instansi rumah sakit, namun juga pada instansi sekolah, kelompok masyarakat dan keluarga.

Kondisi di atas juga dialami oleh ketiga informan penyintas depresi. Pengobatan yang ingin dilakukan oleh ketiga informan terhalang oleh relasi dan dukungan dari keluarga. Penyebab depresi dari ketiga informan berbeda, namun ketiganya mengalami kesulitan untuk membuka diri dengan keluarga. Informan 1A dan 2A mengalami *childhood trauma* sehingga menyebabkan relasi yang kurang baik antara informan dengan orang tua. Hal tersebut menyebabkan kesulitan akses obat bagi 1A karena keterkaitan ekonomi. Sedangkan 2A tidak mendapatkan dukungan dalam keterbukaan diri mengenai depresi yang dialami dan keputusan berobat yang ingin dilakukan. Di sisi lain, informan 3A mengalami *social trauma*. Namun, dikarenakan relasi dengan orang tua yang tidak terbuka dan adanya stigma, informan 3A menangani depresi dan memutuskan berobat secara mandiri.

Pihak yang berperan dan berkontribusi bagi penanganan depresi remaja tidak hanya pada tenaga profesional, namun keluarga juga berperan. Keluarga atau *significant other* memiliki kontribusi dalam informan membuat keputusan dan mengumpulkan keberanian berobat. Dari fase awal munculnya gejala, keputusan berobat, hingga menjalai pengobatan adalah fase penyintas yang memerlukan teman atau rekan untuk menemani proses tersebut.

B. Profil Penyintas Depresi

Penelitian ini melibatkan 3 informan dengan kriteria yang telah ditentukan. Ketiga informan merupakan penyintas depresi perempuan dengan rentang waktu mengalami depresi kurang lebih 3 tahun. Ketiga informan memiliki usia dengan kategori remaja-dewasa awal. Selain itu, ketiga informan juga mengalami depresi

dan melakukan pengobatan atas keputusan sendiri dan ditemani *Significant Other* selain keluarga. Berikut merupakan gambaran singkat profil individu penyintas depresi

1. Informan 1A

Informan 1A merupakan seorang mahasiswa yang juga penyintas depresi *Borderline Personality Disorder*. Terhitung sejak 2015, informan sudah melewati proses penerimaan hingga pengobatan selama 7 tahun. Latar belakang permasalahan atau peristiwa yang membuat depresi informan adalah trauma masa kecil. Hal tersebut juga telah ditelaah oleh psikiater yang menangani informan 1A. hingga ditahun 2021, informan 1A melakukan penyembuhan secara mandiri dan masih dalam pengawasan.

Selama masa depresi dan proses penyembuhan, informan 1A ditemani oleh pasangan atau pacarnya, yaitu 1B. Hubungan pacaran yang dijalani sudah berjalan sejak 2017 silam. Informan 1B yang seorang fotografer, merupakan kakak kelas semasa SMP dari 1A. Sempat mengalami hubungan yang ‘putus-nyambung’, 1B dan 1A berkomitmen untuk bersama karena adanya relasi yang saling membutuhkan dari mereka masing-masing. Di sisi lain, 1B merupakan satu-satunya orang yang menemani proses penyembuhan depresi dari 1A.

2. Informan 2A

Informan 2A yang berprofesi sebagai karyawan swasta merupakan penyintas depresi Bipolar. Informan 2A merasakan dan mengalami depresi awal pada tahun 2017. Adanya keturunan atau bawaan genetik menjadi salah satu latar belakang

depresi yang dialami oleh informan. Penyebab lain adalah adanya permasalahan keluarga yang memicu perubahan sikap atau karakter dari informan 2A. Hingga pada tahun 2022, informan masih berada di dalam masa penyembuhan mandiri. Dimana informan menghindari, memilah, dan meyakinkan diri secara mandiri hal-hal yang berkaitan dengan depresinya.

Dikarenakan adanya pandangan mengenai depresi yang dialaminya, informan 2A melakukan proses penyembuhan ditemani oleh sang pacar. Informan 2B yang telah berpacaran sejak 2016, memilih untuk menemani dan mempertahankan hubungan bersama 2A. Keputusan tersebut dilakukan karena adanya rasa penghargaan untuk perjuangan yang telah mereka lalui. Informan 2B yang seorang karyawan swasta, memberikan perhatian yang cukup intensif dari fase maniak hingga depresi informan 2A.

3. Informan 3A

Informan 3A adalah seorang penyintas depresi *Borderline Personality Disorder*. Informan yang berprofesi sebagai karyawan swasta, mengalami depresi pada tahun 2019. Hingga ditahun 2022, informan 3A masih dalam masa penyembuhan serta pencegahan secara mandiri. Informan melakukan metode *journaling* seperti yang dianjurkan oleh psikolognya. Latar belakang peristiwa yang menjadi pemicu depresi informan 3A adalah permasalahan dalam lingkaran pertemanannya. Latar belakang pribadi yang sangat sensitif dan cukup emosional, menambah pikiran-pikiran bagi informan 3A.

Dalam masa penerimaan dan penyembuhan, informan 3A melakukan secara mandiri. Selain itu, informan juga didukung oleh informan 3B selaku pacar.

Memiliki relasi berpacaran sejak tahun 2019, informan 3B menjadi sosok dekat 3A untuk bercerita terkait depresinya. Kehadiran 3B membuat 3A mengalami perubahan yang signifikan. Keduanya sama-sama mengupayakan *healthy relationship* serta kepercayaan di tengah rutinitas masing-masing selama menjalani hubungan berpacaran.

