



GAMBARAN TINGKAT DEPRESI BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL PADA MAHASISWA TINGKAT PERTAMA KAMPUS SOBO PSDKU UNIVERSITAS AIRLANGGA DI BANYUWANGI

REPRESENTATION OF FRESHMEN'S DEPRESSION LEVELS BASED ON RESIDENCY OF SOBO CAMPUS PSDKU UNIVERSITAS AIRLANGGA BANYUWANGI

¹Evi Lutfiani Khoiriyah, ²Desak Sintha Kurnia Dewi

^{1,2}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

Email: evi.lutfiani.khoiriyah-2016@fkm.unair.ac.id

ABSTRACT

The prevalence of people suffering from depression in Indonesia is 21,8 percent. The percentage shows that there is a 12,1 percent higher prevalence compared to the global prevalence. Depression can affect anyone, including the freshman year students who are undergoing a transition of the development phase from secondary education to college education as late teenagers. The transition causes conflicts and adjustments as there is a culture shock that may trigger the depression. Depression is a mental disorder marked by the appearance of symptoms such as the loss of interest, feelings of guilt, mood loss, sleep disorder, and eating disorders. Thus, this research aims at figuring out the picture of depression levels based on residency among freshman year students in Sobo campus PSDKU Universitas Airlangga in Banyuwangi. This research is descriptive quantitative research using a cross-sectional study conducted on May 16, 2019, to May 20, 2019, with a total population of 83 students. The data mining technique used in this research is done by spreading the questionnaire of The Zung Self Depression Scale. The previously processed data through cleaning, coding, and tabulation stages are presented in table and description. The result showed Freshman year students who live by themselves or in boarding houses are included in the category of normal depression level with the most number of 60 people (72,29%). Meanwhile, freshmen year students who live with other people are included in the same category with less number of 8 people (9,64%). The conclusion of this reseach, depression level experienced by freshman year students of Sobo campus PSDKU Universitas Airlangga in Banyuwangi tends to be in the category of normal depression, which can be handled well to prevent the change from normal depression to mild or severe depression. The students can practice their adaptation skills and do coping according to their self-states, for instance doing physical activities.

Keywords: Depression, Residency, Freshman Students.

PENDAHULUAN

Depresi merupakan gangguan yang diakibatkan karena adanya penyimpangan dalam menginterpretasikan sesuatu terutama dalam hal-hal negatif yang dialami oleh seseorang (Davison, dkk 2010). Menurut WHO (2012), depresi adalah suatu gangguan mental yang ditandai dengan munculnya gejala-gejala penurunan mood, kehilangan minat seseorang terhadap sesuatu, merasakan suatu perasaan bersalah, mengalami gangguan tidur atau gangguan nafsu makan, kehilangan energi dalam menjalankan kehidupan sehari-hari dan

penurunan konsentrasi terhadap sesuatu. Kondisi depresi merupakan suatu kondisi yang normal terjadi jika seseorang mendapat suatu pengalaman hidup tidak sesuai dengan harapan atau yang diinginkan, seperti kehilangan anggota keluarga, kehilangan benda berharga, dan perubahan lingkungan, faktanya sebagian orang yang mengalaminya lebih sering merasakan kehampaan dibandingkan kesedihan (Bojrnlund, 2010).

Penyebab kematian karena depresi di negara Amerika Serikat menempati urutan ke 6 (Hawari, 2010). Berdasarkan data dari WHO (2017) lebih dari 300 juta orang didunia hidup dengan depresi dan keadaan ini



meningkat sekitar 18% sejak 2005 hingga 2015. Di Indonesia, penduduk usia 15 tahun keatas memiliki prevalensi gangguan mental emosional sebanyak 9,8% dari 14 juta orang penduduk Indonesia, emosi serta kecemasan merupakan gejala gangguan mental emosional yang dialami seseorang (Risksedas, 2018). Depresi dapat menimpa di segala usia tanpa terkecuali mahasiswa, mahasiswa masuk kedalam kelompok anak remaja yang akan memasuki tahap dewasa awal sehingga tak jarang mahasiswa akan merasakan kesedihan dan kecemasan selama melawati periode menuju tahap dewasa awal jika tidak dapat melewatinya dengan baik (Karthikason dan Setyawati, 2017). Mahasiswa merupakan seseorang sedang dalam proses pembelajaran dan terdaftar dalam menjalani pendidikan di salah satu bentuk perguruan tinggi baik universitas, sekolah tinggi, politeknik, dan institusi negeri maupun swasta (Hartaji, 2012).

Jenjang pendidikan yang sedang ditempuh oleh mahasiswa ke perguruan tinggi menjadi masa transisi dalam penyesuaian dilingkungan sekitar terutama pada mahasiswa yang tinggal jauh dengan orangtua yang dituntut untuk dapat mengatur segala sesuatu di hidupnya sendiri serta penyesuaian dengan teman dan pola kegiatan yang baru tak terkecuali ajaran budaya yang berlaku (Maulina dan Sari, 2018). Perbedaan lingkungan dari yang sebelumnya membuat mahasiswa untuk memiliki kemampuan adaptasi. Kemampuan adaptasi yang dilakukan mahasiswa berbeda-beda sehingga tak jarang menimbulkan konflik. Secara pandangan kognitif, reaksi emosi seseorang akan muncul ketika seseorang menghadapi situasi tertentu, reaksi emosional terdiri dari beberapa macam, salah satunya timbulnya kecemasan dan depresi karena ketidakmampuan penyesuaian dengan lingkungan baru (Diferiansyah, 2015). Prevalensi depresi yang dialami mahasiswa semester awal atau tingkat pertama sampai

dengan semester akhir lebih tinggi dan mengalami kondisi stres yang kondisi stres tersebut dapat mengakibatkan depresi (Susilowati dan Hasanat, 2011).

Mahasiswa ditahun pertama akan mengalami perubahan kebiasaan dikarenakan lingkungan belajar yang baru sehingga terjadi perubahan pula pada proses pembelajarannya, perubahan kebiasaan belajar, hubungan dengan orang baru seperti teman seangkatan maupun beda angkatan serta tak jarang terjadi perpisahan dengan orang tua (Mahajan, 2010). Tingginya depresi yang dialami mahasiswa pada tahun pertama juga di sebabkan karena dari lingkungan belajar yang berbeda, jadwal perkuliahan yang padat dan *homesickness* karena tidak jarang banyak mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tuanya dan merantau ke beda provinsi bahkan beda pulau (Hidianto, dkk. 2014). Sehingga, hal tersebut menyebabkan mahasiswa merasakan kesulitan untuk beradaptasi terhadap lingkungan baru untuk mahasiswa yang tinggal tidak bersama orang tua atau tinggal sendiri yang dapat menyebabkan munculnya depresi. Dukungan dari orang sekitar seperti masyarakat yang berada di tempat tinggal mahasiswa tersebut, teman dan orang tua juga mempengaruhi terhadap munculnya depresi yang akan dialami oleh mahasiswa (Krisdianto dan Mulyanti, 2015). Studi ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat depresi pada mahasiswa tingkat pertama. Selain itu penelitian ini juga bertujuan menggambarkan tingkat depresi dengan tempat tinggal pada mahasiswa tingkat pertama yang dalam hal ini mahasiswa tahun masuk 2018.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain studi yakni *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa



tingkat pertama atau tahun masuk 2018 PSDKU Universitas Airlangga di Banyuwangi yang berada di Kampus Sobo yang terdiri dari mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat berjumlah 38 orang dan mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis berjumlah 45 orang sehingga total populasi sebanyak 83 mahasiswa. Populasi yang dipilih FKM dan FEB karena mahasiswa tersebut berada di dalam satu area. Teknik pengambilan data dengan menggunakan total populasi. Lokasi pengambilan data dilakukan di ruang kuliah Kampus Sobo pada saat responden selesai sesi perkuliahan yakni tanggal 16 sampai 20 Mei 2019.

Berdasarkan jenis data yang dibutuhkan untuk pengukuran serta pengumpulan data yang diperlukan, dengan dilakukan metode survei maka bahan instrumen yang diambil merupakan data primer yang didapatkan dari jawaban responden dengan menggunakan lembar data diri responden (nama, usia, jenis kelamin, tempat tinggal, Pendidikan terakhir dan jumlah jam tidur) dan kuesioner *The Zung Self Depression Scale* untuk mengukur tingkat depresi yang dialami responden. Pengumpulan data dilakukan di dalam ruang kelas dengan waktu yang berbeda pada setiap fakultas dengan menyampaikan persetujuan sebelum penelitian, kemudian membagikan *informed consent* jika responden setuju kemudian kuisisioner dibagikan Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat depresi, jenis kelamin, fakultas, usia, dan tempat tinggal.

Variabel tingkat depresi menjadi variabel utama yang diukur dengan menggunakan instrumen *The Zung Self Depression Scale*, instrumen tersebut terdapat 20 nomor pernyataan yang terdiri dari 10 pernyataan positif dan 10 pernyataan negatif. Masing-masing pernyataan memiliki nilai skor 1 hingga 4. Skor yang di dapat kemudian dijumlah dan dikategorikan kedalam 4 kelompok, kategori tingkat

depresi normal memiliki total skor 20-49 masuk kedalam tingkat depresi normal, kategori depresi tingkat ringan total skor sebesar 50-59, kategori depresi tingkat sedang skor total 60-69 dan kategori depresi tingkat berat memiliki skor lebih dari 70. Hasil pengumpulan data dari responden melalui instrumen kemudian dilakukan penilaian lalu dianalisis secara univariabel untuk melihat frekuensi dan distribusi dari variabel yang diteliti dengan menggunakan aplikasi SPSS statistik versi 21.0 dalam laptop.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui jumlah responden dari mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat 2018 sebesar 45,78% dan Fakultas Ekonomi Dan Bisnis 2018 sebesar 54,21 % dari total populasi. Responden yang memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 65 mahasiswa (78,31%) sedangkan laki-laki lebih sedikit yakni dengan presentase 21,69% atau sebanyak 18 mahasiswa. Rata-rata usia responden berkisar antara 17 – 18 tahun. Usia 17 tahun sejumlah 2 orang (2,40%), usia 18 tahun sejumlah 26 orang (31,33%) dan usia 19 tahun sejumlah 55 orang (66,27%). Kemudian data selanjutnya yang didapat adalah tingkat depresi pada mahasiswa tingkat awal. Tingkat depresi diukur dengan menggunakan kuesioner yang berisi pernyataan mengenai faktor faktor yang dapat mempengaruhi tingkat depresi. Setiap pernyataan memiliki skala 1 sampai 4 sehingga masing-masing nilai di total dan total nilai tersebut digolongkan kedalam 4 kategori. Distribusi tingkat depresi kemudian dikategorikan berdasarkan beberapa kategori yakni jenis kelamin maka perempuan cenderung mengalami depresi tingkat normal sebanyak 55 orang dengan presentase 84,6%, selanjutnya sebanyak 8 orang masuk kedalam kategori depresi tingkat ringan dan 2 orang masuk kedalam kategori depresi tingkat

sedang. Sedangkan laki-laki mengalami depresi tingkat normal sebanyak 13 orang (72,2%), kategori depresi tingkat ringan sebanyak 5 orang (27,8%). Karakteristik tingkat fakultas responden menunjukkan bahwa depresi yang dialami dari FKM masih

tingkat normal yakni sebanyak 31 orang (81,5%) dan tingkat ringan sebanyak 7 orang (18,4%). Fakultas Ekonomi dan Bisnis memiliki kecenderungan depresi tingkat normal, tingkat rendah dan tingkat sedang (82,2% ; 13,3% ; 4,44%).

Tabel 1. Distribusi Tingkat Depresi Mahasiswa FKM dan FEB Tingkat Pertama Tahun 2018 Berdasarkan Jenis Kelamin, Fakultas, Usia, Tempat Tinggal

	Tingkat Depresi									
	Normal		Ringan		Sedang		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Jenis Kelamin										
Laki-Laki	13	72,2	5	27,8	-	-	-	-	18	100
Perempuan	55	84,6	8	12,3	2	3,1	-	-	65	100
Fakultas										
FKM 2018	31	81,58	7	18,42	-	-	-	-	38	100
FEB 2018	37	82,26	6	13,33	2	4,44	-	-	45	100
Usia										
17	1	50,00	1	50,00	-	-	-	-	2	100
18	20	76,90	5	19,20	1	3,90	-	-	26	100
19	47	85,40	7	12,70	1	1,90	-	-	55	100
Tempat Tinggal										
Rumah Orang tua	8	9,64	2	2,41	-	-	-	-	10	100
Kos/kontrak	60	72,29	10	12,05	2	2,41	-	-	72	100
Rumah Saudara	-	-	1	1,20	-	-	-	-	1	100

Sumber : Primer, 2019

Berdasarkan usia, tingkat depresi pada usia 17 terdapat tingkat depresi normal sebanyak 1 (50%) dan depresi ringan 1 (50%), usia 18 mengalami tingkat depresi yang normal 10 (38,4%), depresi ringan sebanyak 15 (57,69%) dan depresi sedang sebanyak 1 (3,85%). Usia 19 mengalami tingkat depresi yang normal 28 (50,9%), depresi ringan sebanyak 26 (47,27%) dan depresi sedang sebanyak 1 (3,85%). Tingkat depresi menurut tempat tinggal memiliki frekuensi yang berbeda berdasarkan tabel 1 dapat dilihat responden yang tinggal bersama orang tua di rumah orang tua memiliki tingkat depresi normal sebanyak 8 orang (9,64%), depresi ringan sebanyak 2 orang (2,41%), dan tidak ada yang mengalami

depresi sedang ataupun tinggi. Tempat tinggal responden di kosan atau kontrakan memiliki tingkat depresi yang normal dengan presentase 72,29% atau sebanyak 60 orang, sebanyak 10 orang (12,05%) mengalami tingkat depresi yang ringan, tingkat depresi sedang 2 orang (2,41%). Sedangkan responden yang tinggal di rumah saudara hanya memiliki depresi ringan sebanyak 1 orang atau sekitar 1,2%. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa sebesar 81,93% mengalami tingkat depresi normal, 15,66% mengalami tingkat depresi ringan, tingkat depresi sedang sebanyak 2,41% dan responden yang mengalami tingkat depresi tinggi sebanyak 0%.



PEMBAHASAN

Mahasiswa yang menjadi responden sebagian besar masuk kedalam tingkat normal atau tidak mengalami depresi. Hal ini tidak selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulida Aulia (2012), didalam penelitiannya menunjukkan bahwa angka prevalensi depresi pada mahasiswa Universitas Indonesia menunjukkan 84,4%. Akan tetapi hal tersebut menunjukkan bahwa responden dapat menyesuaikan diri dengan baik serta mampu mengelola masalah atau perbedaan yang ada di lingkungan tempat tinggalnya walaupun responden sebagian besar tidak tinggal bersama orang tuanya. Ini selaras dengan penelitian dari Christyanti, Mustamiah dan Sulistiani (2010) bahwasannya individu yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya maka individu tersebut dapat menyelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan yang ada dilingkungannya sehingga tidak timbul stres.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan secara umum mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kesehatan Masyarakat dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang berada di Kampus Sobo sebanyak 83 orang dengan rentang usia 17 sampai 19 tahun hampir sebagian besar masuk kedalam kategori tingkat normal yakni sebanyak 68 orang, penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Sarwono (2011) bahwasanya populasi yang paling banyak mengalami depresi adalah golongan usia muda.

Berdasarkan data terdapat 65 perempuan dan 13 laki-laki yang menjadi responden dimana didalamnya terdapat 2 responden perempuan yang mengalami depresi sedang sedangkan laki-laki tidak ada. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darmayanti (2015) bahwa perempuan lebih rentan terkena depresi dibandingkan dengan laki-laki. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh

Yohan dkk (2017) yakni perempuan lebih banyak mengalami depresi dibanding laki-laki dengan angka prevalensi 80,6% dengan 19,4%. Hadianto dkk (2014) mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak menderita gejala depresi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Dikarenakan perempuan memiliki hormon prolaktin lebih banyak dibanding laki-laki, hormon tersebut membuat umpan balik dari sisi negatif pada otak sehingga dapat membuat emosional lebih meningkat (Martina, 2012). Walaupun dalam penelitian ini jenis kelamin tidak memberikan perbandingan yang berarti dalam tingkat depresi yang dialami baik antara laki-laki dan perempuan.

Tempat tinggal yang ditempati oleh mahasiswa tingkat pertama paling banyak yaitu tinggal sendiri atau kos sebanyak 72 orang dari 83 orang total responden dan responden tersebut hampir sebagian besar tidak mengalami depresi atau dalam keadaan normal. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutjiyanto dkk (2015) bahwa 20,7% mengalami stress berat atau depresi dan 25,3% mengalami stress ringan. Hasil penelitian juga ini tidak selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh S. Wuon (2016) bahwa remaja yang tidak tinggal bersama orang tua akan mengalami tingkat depresi lebih tinggi daripada remaja yang tinggal di rumah bersama orang tua. Hasil penelitian yang menunjukkan tidak timbulnya depresi terhadap mahasiswa baru yang tinggal sendiri, hal ini sejalan dengan penelitian Sitorus dan Warsito (2013) bahwasanya responden dapat beradaptasi dengan keadaan lingkungan sekitarnya baik dalam tempat tinggalnya yang baru maupun lingkungan kampus.

Studi pendahuluan yang dilakukan Miranda Ayu (2016) di PSIK Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada mahasiswa tingkat pertama tahun 2015, melakukan wawancara terhadap 10 mahasiswa tingkat pertama yang tinggal



dengan orang tua dan 10 mahasiswa tingkat awal yang tinggal sendiri atau tanpa orang tua, maka didapatkan hasil bahwasannya responden yang tinggal sendiri pada tahun awal kuliah merasakan perasaan kesepian, tertekan, sedih, putus asa, kurang mendapat perhatian dan kasih sayang serta kurangnya dukungan dan pengarahan langsung dari orang tua secara fisik. Penyelesaian dalam menghadapi depresi yang muncul pada tahun pertama kuliah yang biasanya ditandai dengan keadaan stres yang timbul karena perbedaan antara mahasiswa tingkat pertama yang tinggal bersama orang tua dan tinggal sendiri, seperti yang di jelaskan dalam penelitian.

Lingkungan sekitar mahasiswa yang sering berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari memiliki pengaruh dalam penyelesaian terhadap masalah yang datang akan mengalami perbedaan. Berdasarkan kategori data yang diambil dalam penelitian ini tidak terjadi adanya depresi yang ringan, dan cenderung masuk kedalam kategori depresi tingkat normal, disamping itu penyebab depresi dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang lebih potensial serta tidak terungkap didalam penelitian ini, diantaranya faktor yang dapat mempengaruhi depresi, stres serta kecemasan yang dialami mahasiswa adalah tekanan untuk sukses dimasa depan, performansi dalam kegiatan perkuliahan, rencana yang dilakukan setelah lulus kuliah, kualitas tidur yang menurun, hubungan dengan teman sekitar, hubungan dengan orang tua atau orang terdekat, kesehatan, fisik dan harga diri dari mahasiswa tersebut (Beiter, dkk 2015).

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa PSDKU Universitas Airlangga di Banyuwangi pada kampus Sobo tidak mengalami depresi dan cenderung masuk kedalam keadaan yang normal secara psikologis baik secara jenis kelamin, tempat tinggal maupun usia. Terdapat beberapa kelemahan dalam studi

yang kami lakukan diantaranya: (1) penelitian yang dilakukan tidak memasukan unsur kriteria inklusi (2) penelitian ini hanya berupa gambaran dari persebaran sesuai dengan variabel yang diambil (3) sampel dalam studi ini tidak imbang antara jumlah laki-laki dan perempuan, meskipun sudah diambil sampelnya dengan menggunakan total populasi.

Hal-hal yang dapat dilakukan jika terjadinya depresi pada mahasiswa dapat diminimalisir dengan melakukan manajemen terhadap diri sendiri mulai dari pikiran, perasaan serta menyusun gaya hidup yang sehat. Dibutuhkannya dukungan oleh orang sekitar dapat menjadi salah satu cara agar tidak timbul depresi, dukungan yang dapat diberikan adalah dengan menjadi pendengar yang baik untuk mencurahkan segala keluhan kesah dari dalam diri mahasiswa baru sehingga dapat membantu mahasiswa baru menemukan cara terbaik mengatasi depresi bagi dirinya dan dapat melakukan penyesuaian diri dengan cepat. Dukungan dari pihak kampus dan pemerintah juga dapat dilakukan dalam mengurangi tingkat depresi yang terjadi pada mahasiswa dengan meningkatkan pelayanan upaya promotif dan preventif melalui program konseling yakni program sobat sebaya yang terdapat di kampus PSDKU Universitas Airlangga di Banyuwangi dan dibuatkan program konseling pada puskesmas atau posyandu khusus remaja yang bertujuan agar mahasiswa dan remaja mendapatkan pelayanan mengenai mental dari profesional.

SIMPULAN DAN SARAN

Depresi merupakan masalah kesehatan jiwa yang penting karena dapat menurunkan produktifitas dan dapat menimbulkan dampak jangka panjang hingga mengancam masa depan bagi mahasiswa. Mahasiswa baru merupakan kelompok yang rentan terkena depresi karena perbedaan



lingkungan dari sebelumnya serta akan memasuki fase dewasa awal sehingga depresi akan timbul jika tidak baiknya kemampuan manajemen dari mahasiswa tersebut. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwasannya mahasiswa tingkat pertama di Kampus Sobo PSDKU Universitas Airlangga di Banyuwangi masuk kedalam kategori depresi tingkat normal walaupun tempat tinggal mahasiswa tingkat pertama lebih banyak tinggal sendiri yang dalam hal ini menyewa kamar kos atau mengontrak. Melakukan diagnose sejak dini serta penanganan yang baik dengan kemampuan adaptasi, manajemen diri dengan koping stres yang baik dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi gejala depresi yang akan timbul dikemudian hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala limpahan berkah luar biasanya, sehingga artikel ini dapat terselesaikan hingga akhir penulisan. Terima kasih saya ucapkan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan dalam terhadap artikel ini, Mahasiswa FKM dan FEB angkatan 2018 yang telah membantu dalam pengambilan data penelitian serta kepada orang tua yang telah memberikan motivasi untuk dapat menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- Ayu, Miranda. 2016. *Perbandingan Tingkat Depresi Antara Mahasiswa Yang Tinggal Dengan Orang Tua Dan Tinggal Sendiri Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.*
- Beiter, R., Nash, R., Mccrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96.
- Bjornlund, L. D. 2010. *Depression*. New York: Lucent Books.
- Christyanti, D. Mustami'ah, D. Sulistiani, W. 2010. *Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya*. Universitas Hang Tuah Surabaya, hal: 2.
- Darmayanti, N. 2015. Meta-analisis : Gender dan Depresi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 35(2), 164-180.
- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. 2010. *Psikologi Abnormal* (ed ke-9). Jakarta: Rajawali Pers.
- Departemen Kesehatan RI. 2009. *Kategori Usia*. Dalam <http://kategori-umurmenurut-Depkes.html>. Diakses Pada Tanggal 19 Juni 2019.
- Diferiansyah, O. (2015). Difference in Anxiety Level Between First Level Medical Students Who. *J MAJORITY Volume 4 Nomor 6*, 4.
- Duffy, K.G. & Atwater, E. 2002. *Psychology for Living: Adjustment, growth, and behavior today* (7th ed.) New Jersey: Prentice Hall.
- Feltham, C., dan Horton, I. 2006. *Counseling and Psychotherapy*. The Sage 24 Handbook. 2nd Ed.
- Hartaji, Damar A. 2012. *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.*
- Hawari, D. 2010. *Psikopatologi Bunuh Diri*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI.



- Hidianto, H., Tarigan, J., & Andriani, R. 2014. Prevalensi Dan Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Tingkat Gejala Depresi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Pontianak: Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
- Karthikason G, Setyawati L. 2017. Prevalensi Depresi pada Mahasiswa Semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2014. Intisari Sains Medis.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan: Kemenkes RI.
- Krisdianto, M. A., dan Mulyanti. 2015. *Mekanisme Koping Berhubungan Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, Vol.3 No.2 71-76.
- Mahajan AS. 2010. Stress in Medical Education: a global issue or Much Ado About Nothing specific?. South-East Asian Journal of Medical Education 4: 9- 13.
- Martina, A. 2012. Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Paru Dr. Moehammad Goenawan Partowidigdo Cisarua Bogor. Karta Tulis Ilmiah Sastra Satu Universitas Indonesia. Depok : FIK UI Diakses pada 18 Februari 2020 dari <http://www.ui.ac.id>.
- Maulida, Aulia. 2012. Gambaran Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Program Sarjana yang Melakukan Konseling di Badan Konseling Indonesia. Skripsi. Universitas Indonesia. Depok.
- Maulina, B., & Sari, D. R. 2018. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling, 4(1), 1. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.4753>
- Sarwono, S.W. 2011. Psikologi Remaja. Edisi Revisi. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Sitorus, L, I, S., & Warsito, WS, H. 2013. Perbedaan Tingkat Kemandirian dan Penyesuaian diri Mahasiswa Perantauan Suku Batak Di Tinjau Dari Jenis Kelamin. Character. Volume 01, Nomor 02, Tahun 2013.
- Susilowati Theresia Genduk, Hasanat Nida UI. 2011. Pengaruh Teraoi menulis Pengalaman Emosionalterhadap Pengururan Depresi pada Mahasiswa Tahun pertama. Jurnal Psikologi VOLUME 38, NO. 1, JUNI 2011: 92 – 107.
- Sutjiato, Margareth,G. D. Kandou & A. A. T. Tucunan.2015. *Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stress padaMahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado* .JIKMU, Vol, 5. No, 1 Januari 2015
- Student, Minds. 2004. Grand Challenges in Student Mental health. UK: Studentminds.
- S. Wuon Afrianti, Bidjuni Hendro, Kallo Vandry. 2016. *Perbedaan Tingkat Depresi pada Remaja yang Tinggal di Rumah dan yang Tinggal di Panti Asuhan Bakti Mulia Karombasan Kecamatan Wanea Manado*. ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 Nomor 2, November 2016.
- Peltzer,K., Pengpid, S. 2018. High Prevalence Of Depressive Symptom In A Nation Sample Of Adults In Indonesia: Childhood Adversity, Sociodemographic Factors And Health Risk Behaviour. Asian Jurnal Of Psychiatry. [Online]



World Health Organization. 2012. *Depression A Global Public Health Concern*. http://www.who.int/mental_health/management/depression/who_paper_depression_wfmh_2012.pdf

WHO. 2017. Depression. WHO Department Health. Tersedia di : <https://www.who.int/en/news->

[room/fact-sheets/detail/depression](#).

[Diakses pada tanggal 4 Juni 2020].

Yohan, A.H., Widodo S., Innawati J., 2017. Hubungan Antara Tingkat Depresi dengan Tingkat Sugestibilitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahun Pertama. Semarang: Jurnal Kedokteran Diponegoro.