

BAB I  
PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, situasi dunia selalu mengalami perubahan dari waktu ke waktu. Perubahan-perubahan ini menimbulkan banyak masalah di bidang ekonomi, kesehatan, keamanan. Berkaitan dengan situasi dunia yang selalu berubah ini, maka tatanan kehidupan di masyarakatpun turut berubah. Perubahan-perubahan di dalam pola kehidupan masyarakat terkadang dapat menimbulkan anxiety (kecemasan) pada anggota masyarakat. Adanya kecemasan merupakan tanda bahwa anggota masyarakat harus mampu mengantisipasi atau menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi. Tanpa adanya kemampuan penyesuaian diri yang baik ini, maka individu, sebagai anggota masyarakat akan sulit mengantisipasi perubahan-perubahan di dalam dunia. Kesulitan individu untuk mengantisipasi perubahan tersebut akan memperbesar kemungkinan timbulnya gangguan yang lebih berat daripada gangguan kecemasan, yaitu depresi.

Pada diri individu yang dapat melakukan penyesuaian diri dengan keadaan baru, pengaruh perubahan memang tidak begitu terasa atau dengan kata lain pengaruhnya kecil sekali bagi perkembangan pribadinya. Sebaliknya pada orang yang sulit untuk melakukan penyesuaian diri terhadap

perubahan lingkungan maka akan dapat timbul kecemasan ( anxiety ) yang lama-lama berubah jadi stress yang berkepanjangan yang pada akhirnya dapat menjadi depresi. Berkaitan dengan masalah depresi ini, dapat dijelaskan bahwa depresi adalah suatu bentuk gangguan mental yang termanifestasikan dalam dua kelompok besar yaitu yang bersifat psikologis dan yang bersifat fisiologis.

Menurut Dravya (1991) gangguan depresi yang bersifat psikologis dapat berupa perubahan-perubahan alam perasaan seperti perasaan tidak enak, down, tertekan, serba salah, rasa berdosa, perasaan rendah diri, putus asa dsb. Pada sisi yang lain, gangguan depresi yang bersifat fisiologis dapat berupa gangguan fungsi-fungsi organ tubuh, gangguan tidur, sakit kepala, jantung berdebar-debar, sesak napas dsb.

Sesungguhnya pada diri orang yang mengalami serangan depresi, terjadi suatu perasaan self dislike ( ketidaksukaan terhadap diri ). Orang tersebut memandang diri mereka sebagai orang-orang yang lemah dalam berbagai kualitas yang justru mereka nilai sangat tinggi, seperti misalnya intelegensi, prestasi, popularitas, daya tarik, kesehatan dan kekuatan. Beck ( dalam Burns, 1988 ) menyatakan bahwa gambaran diri dari orang yang mengalami depresi dapat ditandai oleh istilah empat D yaitu : defeated (merasa gagal), defective (merasa kurang), deserted (tersingkir) dan deprived (miskin).

Hampir semua reaksi emosional negatif tersebut adalah sebagai akibat dari rendahnya self esteem. Self

esteem sendiri adalah bagian yang membentuk konsep diri ( self concept ). Seperti diketahui bahwa seseorang yang menderita depresi, ia mempunyai self concept yang negatif, yang berarti self esteemnya juga negatif atau rendah. Individu tersebut memandang dirinya dalam penilaian diri yang negatif, orang yang selalu gagal, sama sekali tidak berharga sehingga suatu kesalahan atau kekurangan kecil pada dirinya dapat menjadi simbol kekalahan atau kegagalan diri pribadi sehingga pada akhirnya ia mengalami depresi. Tetapi sebaliknya bila seseorang mempunyai self esteem yang tinggi, dalam arti penilaian terhadap dirinya positif, maka kecenderungannya untuk terserang depresi kecil sekali. Hal ini didukung oleh pendapat Coopersmith ( 1967 ), yang dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang secara relatif mengalami kecemasan dan menderita adalah orang-orang yang memiliki self esteem rendah. Hasil penelitian Coopersmith ini menunjukkan pula bahwa rendahnya harga diri seseorang merupakan faktor penting bagi timbulnya gangguan jiwa, seperti neurotik, depresi, dan lain-lain. Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa depresi dipengaruhi oleh faktor harga diri individu.

Lebih lanjut, berkaitan faktor-faktor yang mempengaruhi depresi ini, menurut penelitian Sue dkk ( 1990 ) gangguan depresi ternyata dipengaruhi oleh jenis kelamin, yaitu dari penelitian Sue dkk. tersebut diperoleh hasil bahwa depresi lebih mudah mengenai kaum

perempuan daripada laki-laki. Hasil penelitian ini didukung pula oleh DSM III ( Sue dkk. 1990 ), yang mengemukakan pula bahwa 18 sampai 23 persen wanita mempunyai kecenderungan menderita depresi, sedangkan pada kaum pria hanya delapan sampai 11 persen. Mengacu dari pendapat, maka subyek penelitian yang hendak diambil adalah yang berjenis kelamin perempuan saja.

Lebih lanjut, selain dipengaruhi faktor jenis kelamin, kecenderungan menderita depresi juga berhubungan dengan faktor usia. Prawirohardjo ( dalam Prabandari, 1989, h. 10) menyatakan bahwa populasi yang paling banyak mendapat resiko mengalami depresi adalah golongan usia muda. Hal ini dimungkinkan terjadi karena tahap-tahap perkembangan yang penting beserta tugas-tugas perkembangannya lebih banyak terjadi pada golongan usia muda. Peralihan dari anak menjadi remaja, dari remaja menjadi dewasa, dari masa sekolah ke masa bekerja, juga peralihan dari lajang ke pernikahan semuanya terjadi pada usia muda.

Masih berkaitan dengan faktor usia ini, di dalam banyak penelitian tentang depresi pada usia muda, seperti yang dilakukan oleh Oliver dan Burkham (dalam Prabandari, 1989), ditemukan cukup banyak kasus depresi pada usia 17 sampai 22 tahun. Melihat dari segi usia ini, maka sampel penelitian yang hendak diambil adalah individu yang termasuk kategori remaja.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diasumsikan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi depresi adalah : faktor

harga diri, jenis kelamin, faktor usia. Selanjutnya, masih berkaitan dengan faktor-faktor yang mencetuskan depresi, ada pula ahli yang beranggapan bahwa faktor kepribadian (tipe kepribadian individu) adalah faktor penting yang perlu diperhatikan dalam kaitannya dengan masalah latar belakang timbulnya depresi. Pola kepribadian seseorang memang diasumsikan berpengaruh terhadap timbulnya depresi pada manusia. Dalam hal ini, orang yang berkepribadian tipe A adalah orang yang peka terhadap gangguan depresi, sebab sesuai dengan sifat-sifat yang dimilikinya yaitu selalu terburu-buru, tidak sabaran, mudah marah, agresif. Para ahli mengasumsikan bahwa orang dengan tipe kepribadian A lebih mudah terkena serangan stress yang berarti juga mudah terkena depresi karena ia dimotivasi oleh dorongan yang tinggi untuk unggul dalam lingkungan fisik maupun sosial, menyebabkan ia rentan terhadap kondisi tekanan.

Hal ini dikuatkan oleh pendapat dari Dembroski dan Dougall (1978) yang menggambarkan bahwa individu yang mempunyai pola kepribadian tipe A digambarkan sebagai suka bekerja keras, agresif dan ambisius, dimotivasi oleh dorongan untuk unggul dalam lingkungan fisik maupun sosial dan menghindari hilangnya kontrol diri terhadap lingkungan.

Selain itu menurut pendapat Bortner ( dalam Baskorowati, 1987 ) orang dengan kepribadian tipe A, digambarkan sebagai orang yang tidak suka terlambat, senang bersaing,



senang mengharapkan penghargaan, mencoba mengerjakan segala sesuatu secara serentak, tidak mudah puas dan diluar pekerjaan utama minatnya terbatas.

Karakteristik sifat kepribadian tipe A seperti yang telah disebutkan di atas dapat merupakan faktor yang menyulitkan bagi seorang individu dalam menjalani kehidupannya. Kesulitan yang timbul ini pada umumnya dilatarbelakangi adanya hambatan bagi terpenuhinya dorongan yang menjadi karakteristik individu yang bertipe kepribadian A tersebut. Hal ini dapat memunculkan kondisi yang tidak menyenangkan dan menjadi stressor bagi individu yang bertipe kepribadian A. Dengan kata lain, sulitnya seorang remaja yang bertipe kepribadian A untuk memenuhi dorongan-dorongannya merupakan faktor yang turut melatarbelakangi timbulnya depresi.

Bertitik tolak dari munculnya suatu pertanyaan apakah benar ada hubungan antara self esteem dan tipe kepribadian A dengan kecenderungan depresi pada diri remaja puteri ini, maka penulis mencoba melakukan penelitian dengan mengambil judul : Hubungan antara self esteem dan tipe kepribadian A dengan kecenderungan depresi pada remaja puteri.

#### B. Tujuan penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meneliti apakah benar ada suatu hubungan antara self esteem pada remaja puteri dan kecenderungan depresi.

### C. Manfaat penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari adanya penelitian ini adalah :

1. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan, saran, dan pertimbangan bagi para konselor dalam menangani kasus-kasus kecenderungan depresi pada remaja.

2. Memberikan masukan bagi psikologi bidang klinis, khususnya yang berkaitan dengan pengaruh self esteem terhadap kecenderungan depresi pada remaja.

