

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Masyarakat Indonesia yang mempunyai latar belakang budaya, agama, status sosial dan tingkat ekonomi yang berbeda-beda merupakan suatu masyarakat yang cukup rentan terhadap timbulnya masalah baik secara kelompok maupun secara individual. Keadaan tersebut sangat berpengaruh pada timbulnya suatu permasalahan di dalam masyarakat baik yang menyangkut pemenuhan kebutuhan sehari-hari, hilangnya pekerjaan, kelancaran sekolah anak maupun kebutuhan akan rasa aman di dalam hidup masyarakat tersebut.

Segala permasalahan tersebut akhirnya juga berdampak pada kondisi psikis individu karena beban pikiran yang terlalu berat dan adanya tekanan baik secara ekonomis maupun psikis yaitu tidak adanya perasaan aman dan tidak berdaya untuk mengubah keadaan yang menekan individu. Hal demikian dapat menyebabkan seseorang mengalami depresi.

Greist dan Jefferson (1987,h.1) mengatakan bahwa depresi adalah suatu gangguan yang berlangsung cukup lama disertai gejala-gejala dan tanda-tanda spesifik, yang mengganggu kewajaran sikap dan tindakan seseorang atau yang menyebabkan kesedihan yang amat sangat.

Dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder IV* atau DSM IV (1994,h.320) dikatakan bahwa depresi termasuk dalam kategori gangguan suasana hati atau *mood disorder*. Gangguan suasana hati mencakup pengertian emosi

yang bertahan lama, yang mewarnai kehidupan manusia serta melibatkan depresi atau mania. Depresi meliputi perasaan sedih dan patah hati yang luar biasa, sedangkan mania dikarakteristikan melalui perasaan bergairah dan euphoria yang mendalam dan tidak realistik. Gunarsa (1985,h.103) mengafakan bahwa depresi adalah gangguan emosional, yang ditandai dengan adanya perasaan sedih, putus asa atau harapan dan kehilangan minat terhadap lingkungan.

Bila seseorang mengalami depresi, maka ia merasa yakin bahwa ia tidak berharga dalam hidupnya. Suatu penelitian yang dilakukan oleh Beck (dikutip Burns,1988,h.39) mengungkapkan bahwa lebih dari 80% pasien yang mengalami depresi menyatakan ketidaksukaannya terhadap diri sendiri (*self-dislike*). Lebih lanjut Beck menemukan bahwa para penderita depresi memandang diri mereka sebagai seseorang yang lemah dalam berbagai hal. Gambaran orang yang mengalami depresi dapat ditandai dengan empat D: *Defeated* (gagal), *Defective* (kekurangan), *Deserted* (tersingkir), dan *Deprived* (miskin).

Depresi dapat terjadi pada siapa pun baik anak, remaja maupun orang dewasa. Menurut Kinney (dikutip Nugroho,1994,h.40) depresi paling banyak ditemukan pada golongan usia remaja, sebab masa remaja terdapat goncangan yang diakibatkan oleh adanya berbagai perubahan yang menimpa remaja. Perubahan tersebut berupa perubahan fisik, hormonal dan psikis.

Pada masa tersebut remaja sangat membutuhkan perhatian. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi akan menyebabkan suatu ketegangan, perasaan tidak aman, frustrasi yang pada akhirnya akan menyebabkan remaja mengalami depresi. Menurut Neagle (dikutip Crapps,1994,h.26) tekanan yang dihadapi remaja

melampaui stres yang dialami anak-anak dan orang dewasa. Keadaan stres yang demikian mengakibatkan remaja lebih mudah mengalami depresi dibandingkan anak-anak atau orang dewasa (Hammen dikutip Sue et al., 1994, h.368).

Becham mengatakan bahwa secara umum berbagai bentuk *treatment* cukup efektif dalam penanganan depresi. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi depresi ialah mendekatkan diri kepada Tuhan (dikutip Sue et al., 1994, h.368)

Pendapat ini didukung oleh Greist dan Jefferson (1987, h.6) yang mengatakan bahwa agama bisa juga menjadi sumber pendukung dan penghibur serta memberi arti kepada kehidupan yang sangat dibutuhkan selama depresi. Daradjat (1975, h.350) menyatakan bahwa ajaran agama akan memberikan jalan kepada manusia untuk mencapai rasa aman, tidak takut dan cemas dalam menghadapi persoalan hidup dan masa depannya. Meichati (1983, h.10-11) berpendapat bahwa keagamaan akan memberikan kekuatan jiwa bagi seseorang untuk menghadapi cobaan dan tantangan hidup serta memberi bantuan moril dalam menghadapi krisis.

Dister (1982, h.17) menjelaskan bahwa religi atau agama merupakan relasi dengan Tuhan sebagaimana dihayati manusia. Religi lebih mengarah kepada kelembagaan kepada Tuhan. Religiusitas sifatnya mengatasi atau lebih mendalam dari agama yang tampak formal. Untuk mengetahui tingkat religiusitas seseorang dapat digunakan aspek-aspek yang ada dalam agama sebagai tolok ukurnya, karena bagaimanapun religiusitas berkaitan dengan kelakuan beragama.

Pada saat ini nilai religiusitas di masyarakat pada umumnya dan remaja pada khususnya telah mulai luntur. Hal itu dapat dilihat dari kehidupan remaja

keseharian yang lebih mengutamakan jalan-jalan di mall atau bermain *play station* dari pada aktif menjalankan ibadah agamanya. Contoh kasus lain yang menandakan telah lunturnya nilai religiusitas masyarakat yaitu gereja akan sangat penuh hanya pada saat Natal atau Paskah dan masjid-masjid akan ramai orang yang menjalankan kewajiban agamanya baik sholat maupun tarawih pada menjelang Idul Fitri sampai saat Sholat Id. Padahal salah satu indikator yang sangat baik untuk mengetahui tingkat religiusitas seseorang yaitu dari keaktifannya dalam menjalankan kewajiban beragamanya seperti pergi ke gereja bagi orang Kristen atau Katolik dan menjalankan sholat lima waktu di masjid bagi orang Islam.

Di sisi lain kecenderungan remaja mengalami depresi juga semakin meningkat. Hal ini sesuai dengan pendapat Flach (dikutip Handoyo 1991, h.50) yaitu remaja cenderung mengalami depresi lebih tinggi, karena remaja kurang mempunyai insight intelektual dan emosional di dalam memecahkan persoalan atau konflik mereka, tetapi justru menggunakan perilaku, sementara di lain pihak masyarakat menuntut pemecahan masalah dengan insight intelektual dan emosional. Adanya konflik semacam ini menyebabkan remaja cenderung menjadi depresi.

Dari uraian tersebut di atas, penulis terdorong untuk mengungkap lebih jauh “apakah ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada remaja ?” “Apakah seorang remaja yang mempunyai tingkat religiusitas yang tinggi akan mempunyai kecenderungan mengalami depresi yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tingkat religiusitasnya lebih rendah ?”

### B. Tujuan Penelitian.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan depresi pada remaja.

### C. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Praktis.

Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan masukan yang membantu dan dapat diterapkan oleh pendidik di sekolah dan organisasi atau lembaga swadaya masyarakat yang mempunyai perhatian khusus pada permasalahan remaja.

#### 2. Manfaat Teoritis

Memberi sumbangan bagi pengembangan psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

