

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Depresi merupakan keadaan hati yang tertekan, dan sebagian besar manusia pernah mengalaminya. Umumnya keadaan ini dianggap hal yang wajar, karena hidup penuh dengan keanekaragaman, sehingga sekali waktu orang hidup akan mengalami kebahagiaan atau justru ketidakbahagiaan, dan keduanya akan mendatangi siapa saja tanpa pandang bulu. Ketidakbahagiaan tersebut biasanya muncul ketika seseorang mengalami peristiwa yang sangat menyedihkan atau mengecewakan, penuh dengan masalah sehingga mudah menimbulkan ketidakbahagiaan dan keputusasaan, misalnya gagal meraih cita - cita, kehilangan orang yang dicintai, dan kehilangan pekerjaan. Namun, tingkat keparahan depresi antara orang satu dengan yang lain berbeda - beda meskipun penyebabnya sama, karena kemampuan *coping* yang dimiliki oleh setiap orang tidak sama dan dipengaruhi oleh faktor - faktor lain

Menurut Rosen (1996, hal. 37) depresi dikatakan normal jika keadaan tersebut terjadi selama tidak lebih dari enam bulan, dan biasanya disebabkan oleh kedukaan yang mendalam, seperti perpisahan dan kehilangan atau kematian orang yang sangat dicintai. Biasanya keadaan akan membaik setelah orang yang bersangkutan bisa mengerti, memahami dan melupakan peristiwa yang

menyakitkannya itu. Depresi dikatakan abnormal jika seseorang mengalami gejala-gejala gangguan depresi, seperti keadaan hati depresif, gairah hidup dan minat terhadap sesuatu hilang, nafsu makan dan berat badan menurun, insomnia, kelelahan dan kurang tenaga, merasa tidak berharga dan merasa bersalah, sulit dalam berpikir dan berkonsentrasi, berpikir tentang kematian dan bunuh diri, kadang-kadang kurang mampu berperan dalam lingkungannya serta kurang produktif. Pada umumnya, beberapa ahli mengatakan bahwa depresi dianggap abnormal jika orang yang bersangkutan juga telah mengalami halusinasi (persepsi yang keliru) dan delusi (perasaan keyakinan atau kepercayaan yang keliru).

Telah disebutkan sebelumnya bahwa depresi disebabkan oleh peristiwa yang menyedihkan atau mengecewakan hati. Namun depresi dapat disebabkan pula oleh faktor-faktor lain, salah satunya adalah kebiasaan menyalahgunakan atau ketergantungan obat. Depresi yang disebabkan oleh ketergantungan obat terjadi karena obat yang disalahgunakan bekerja mendeprasi dan merusak biokimiawi otak (seperti: *neurotransmitter* dan sistem endokrin, keduanya memiliki peran yang besar terhadap munculnya depresi); sehingga bila keadaan ini terus-menerus terjadi dan tidak ditangani dengan baik maka akan berpengaruh buruk pada aspek kehidupan manusia, dan akhirnya dapat memunculkan depresi.

Masalah ketergantungan obat akhir-akhir ini menjadi topik yang cukup hangat diperbincangkan dan didiskusikan di dunia umumnya dan Indonesia khususnya untuk dicari pemecahannya. Walaupun sudah cukup banyak tindakan preventif maupun persuasif yang dilakukan oleh pihak-pihak yang terkait, namun kasus ketergantungan

obat tidak menurun melainkan terus menerus menambah. Bahkan menurut pemberitaan media massa, kasus ketergantungan obat pada pelajar di kota Jakarta sebanyak lebih dari 1000 kasus. Ketergantungan obat sepertinya sudah menjadi gaya hidup atau tren, tanpa para pelakunya menyadari betapa berbahayanya ketergantungan obat bagi dirinya, karena cepat atau lambat akan muncul gangguan-gangguan fisik maupun psikis sebagai efek samping dari ketergantungan obat. Obat tersebut hanya memberikan kenikmatan semu dan sesaat namun menimbulkan masalah yang berkepanjangan. Ketergantungan obat akan memberi pengaruh buruk bagi aspek kehidupan manusia baik kognisi, afeksi, maupun konasi. Menurut Noach (dalam Nawawi, dkk., 1996, hal. 13) yang dimaksud dengan obat dalam hal ini adalah zat atau bahan penikmat yang tidak dipergunakan orang sopan, sedangkan maksud dari tidak dipergunakan orang sopan, tergantung pada kebudayaan tempat di mana orang yang bersangkutan berada. Misalnya, pada umumnya masyarakat di Indonesia kurang bisa menerima penggunaan alkohol secara bebas, keadaan ini berbeda dengan masyarakat di Eropa, karena mereka menganggap penggunaan alkohol merupakan suatu hal yang wajar. Zat itu sendiri merupakan bahan atau substansi yang berguna untuk menyembuhkan keadaan yang mempengaruhi atau memiliki kecenderungan untuk mengubah kesadaran manusia atau untuk tujuan tertentu (Nawawi, dkk., 1996, hal. 13) Termasuk di dalamnya adalah alkohol, tembakau, kopi dan teh. Maramis (1998, hal. 329) mengatakan bahwa obat adalah seluruh zat dengan efek yang besar terhadap susunan saraf pusat atau fungsi mental. Selain itu obat yang disalahgunakan juga bisa mengakibatkan ketergantungan fisik maupun psikis. Jadi dapat disimpulkan,

obat adalah seluruh zat yang memiliki pengaruh terhadap susunan saraf pusat atau fungsi mental, sehingga bisa mengganggu kesadaran serta dapat menimbulkan ketergantungan fisik maupun psikis bagi penggunanya.

Keterkaitan antara depresi dengan penyalahgunaan obat dijelaskan oleh Fishbein dan Pease (1996, hal.90) bahwa depresi bisa menyebabkan seseorang menggunakan obat, baik secara legal (dengan resep dokter) maupun ilegal (penyalahgunaan obat), namun di sisi lain depresi bisa muncul sebagai akibat dari penyalahgunaan obat yang kronis (ketergantungan), misalnya, orang depresi menggunakan amfetamin sebagai pelarian, dampaknya bukan kesembuhan yang didapat melainkan depresinya justru lebih parah, sebab amfetamin bekerja mempengaruhi otak. Oleh karena itulah, pada orang normal yang mengalami ketergantungan amfetamin bisa mengakibatkan orang tersebut menjadi depresi. Depresi dan penyalahgunaan obat merupakan dua hal yang saling mempengaruhi juga telah dijelaskan oleh Hales (1989, hal. 39), yaitu seseorang yang menyalahgunakan obat memiliki resiko yang tinggi untuk terkena depresi, namun orang yang depresi pun memiliki resiko yang tinggi untuk menjadi seorang penyalahguna obat. Hal tersebut lambat-laun akan merusak fisik dan psikis seseorang. Sedangkan menurut Wilkinson (1995, hal.33), salah satu dari beberapa penyebab fisik depresi adalah kegagalan obat dan efek samping penggunaan obat, seperti metil-dopa, kortikosteroid, l-dopa, diuretik, barbiturat, reserpin, bensodiasepin, amfetamin dan alkohol.

Pada orang yang menyalahgunakan obat, depresi akan muncul ketika pengaruh atau efek obat yang disalahgunakan hilang, sedangkan umumnya pada saat efek obat bereaksi tidak ditemukan depresi (Fishbein dan Pease, 1996, hal.189), misalnya orang yang menyalahgunakan kokain, pada saat kokain bekerja dalam tubuh orang tersebut akan mengalami peningkatan harga diri dan euforia, namun ketika efek itu hilang maka ia akan mengalami keadaan yang sebaliknya, antara lain yang disebut depresi. Keadaan ini menyebabkannya untuk kembali menyalahgunakan kokain agar keadaan yang tidak enak (depresi) hilang. Oleh karena itu orang akan cenderung terus menerus menyalahgunakan obat bahkan menambah dosis untuk mendapatkan efek yang diinginkan, yang disebut toleransi. Tingkat ketergantungan obat pada tiap orang berbeda-beda, ada yang paling ringan dan ada yang paling parah. Tergantung pada frekwensi dan intensitas pemakaian obat itu sendiri. Pada tingkat yang paling ringan, biasanya belum ditemukan gangguan-gangguan, karena sifat pemakaiannya hanya *occasional, recreational* atau sekedar mencoba-coba, sehingga belum mengganggu aspek kehidupan. Namun berbeda dengan tingkat yang lebih parah, pemakaian obat sudah merupakan bagian dari hidupnya, apabila tidak menggunakan obat akan muncul gejala-gejala putus zat, gangguan-gangguan fisik maupun gangguan-gangguan psikis, sehingga dapat mengganggu aspek kehidupannya. Salah satu gangguan psikis yang dapat muncul adalah depresi. Depresi bisa menyebabkan seseorang menjadi menjadi sangat sensitif perasaannya, tidak sabar atau lekas marah, kehilangan minat terhadap hal-hal yang menarik sekali pun, sehingga orang yang bersangkutan akan menarik diri dari lingkungannya, dan yang paling berbahaya

adalah munculnya ide-ide untuk melukai diri sendiri atau bahkan tidak hanya sekedar ingin melukai melainkan ingin bunuh diri. Hal ini tentu sangat merugikan bagi orang yang bersangkutan maupun lingkungannya.

Seperti yang telah disebutkan di atas bahwa depresi pada orang-orang yang mengalami ketergantungan obat terjadi ketika obat sudah tidak bereaksi. Pada saat ini lah orang yang bersangkutan akan merasa tidak enak baik secara fisik maupun psikis, karena adanya ketidakseimbangan zat-zat dalam tubuh yang dapat berpengaruh buruk pada aspek kehidupan orang tersebut, sehingga muncul depresi. Oleh karena itu, para penyalahguna obat akan kembali menyalahgunakan atau menambah dosis pemakaian obat guna menghilangkan ketidaknakan yang dirasakannya setelah efek obat habis. Tidak mengherankan jika semakin tinggi tingkat ketergantungan seseorang terhadap obat, maka ia akan semakin beresiko mengalami gangguan-gangguan psikis maupun fisik, khususnya dalam hal ini adalah depresi

Berdasarkan hal-hal tersebut di atas, maka timbul pertanyaan bagaimanakah keterkaitan antara tingkat ketergantungan obat terhadap munculnya depresi ? Untuk itulah maka perlu penelitian ini dilakukan, agar dapat menjawab pertanyaan tersebut dan membuktikan kebenaran asumsi-asumsi yang telah disebutkan di atas, yang menyatakan adanya keterkaitan antara tingkat ketergantungan obat terhadap munculnya depresi.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana tingkat ketergantungan obat dapat menimbulkan depresi.

C. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Memberi sumbangan ilmiah bagi psikologi klinis dan psikologi kesehatan yang berkaitan dengan masalah depresi dan ketergantungan obat.

2. Praktis

Memberi gambaran pada masyarakat umumnya dan subyek khususnya tentang bahaya ketergantungan obat terhadap munculnya depresi.

