

HUBUNGAN KECEMASAN ORANG TUA DENGAN DEPRESI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 03 SIMPANG HARU PADANG

Wuri Komalasari

Dosen STIKes Ranah Minang Padang

email : wurikomalasari@gmail.com

Abstract

Mental health is important in the development of children, because children are the next generation for the future. One of the mental health problems in children is depression. Depression is a mental disorder characterized by the appearance of symptoms of decreased mood, loss of interest in something, feelings of guilt, sleep disturbances, and decreased of concentration. Depression that occurs in children is caused by two factors: physical and psychological factors. Anxiety are part of the psychological factors that cause depression. The purpose of this study is to see the relationship of parents anxiety toward depression in child at SDN 03 Simpang Haru Padang. The type of research used is analytic with design cross sectional. The sample in this study were 54 people with purposive sampling technique and research instrument using the Center For Epidemiological Studies Depression Scale For Children (CES-DC) questionnaire consisted of 20 statements and the Spance Children Anxiety Scale (SCAS) questionnaire consisted of 18 statements. The study was conducted in June 2018. From the results of the study, found that 46.3% respondents with depression and 46.3% of respondents with anxiety. The result of statistical test shows that there is a significant correlation between anxiety with depression in primary school children with P Value = 0.001. It is expected that the school, especially at SDN 03 Simpang Haru Padang to further increase efforts to prevent depression in children by increasing the role of counseling teacher at School.

Keywords : Depression, Anxiety, School Children

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun, pada usia ini anak mulai bergabung dengan teman seusianya, mempelajari budaya masa kanak-kanak, dan menggabungkan diri dengan kelompok sebaya. Usia sekolah merupakan kondisi paling rentan pada perkembangan kepribadian yang menyangkut moral, emosional fisiologis yang berpengaruh pada emosionalnya, maka dari itu anak usia sekolah memerlukan perhatian secara *intens* dan khusus dari semua pihak (Cahyaningsih, 2011).

Kesehatan mental merupakan hal penting dalam perkembangan anak karena anak merupakan generasi penerus bangsa, dengan sehatnya mental seseorang anak maka aspek kehidupan yang lain dalam dirinya akan bekerja secara lebih maksimal. Kesehatan mental yang baik merupakan kondisi dimana anak terbebas dari segala jenis gangguan kesehatan mental (Putri, Wibhawa, & Gutama, n.d, 2016).

Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang banyak diderita oleh anak diseluruh dunia. Depresi bisa terjadi pada siapa saja tanpa memandang usia, termasuk pada anak-anak. Depresi merupakan gangguan mental yang ditandai dengan munculnya gejala penurunan mood, kehilangan minat terhadap sesuatu, perasaan bersalah, gangguan tidur atau nafsu makan, kehilangan energi, dan penurunan konsentrasi (*National Institute of Mental Health*, 2010).

Depresi yang terjadi pada anak disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor fisik dan psikologis. Faktor fisik terdiri dari genetik, usia, gender, gaya hidup dan obat-obatan, sedangkan faktor psikologis terdiri dari kepribadian, pola pikir, harga diri, stress, lingkungan keluarga, dan penyakit jangka panjang. Salah satu faktor psikologis yaitu kepribadian ikut mempengaruhi tinggi rendahnya depresi yang dialami serta kerentanan terhadap depresi, seperti seseorang yang mengalami kecemasan tingkat tinggi yang cenderung untuk berfikir sangat negatif (Lubis, 2009). Kecemasan adalah rasa takut yang tidak jelas disertai dengan perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi, dan ketidakamanan, hal ini dapat menjadi gangguan serius ketika itu berlebihan dan tak terkendali (Stuart, 2014).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *analitik* dengan pendekatan *cross sectional* yang dilaksanakan di Kota Padang pada Tahun 2018. Sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria inklusi murid kelas V SDN 03 Simpang Haru, bersedia menjadi responden, dan diasuh oleh orang tua kandung. Dengan total populasi yang dijadikan responden sebanyak 54 murid. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner, untuk kuesioner depresi menggunakan kuesioner *Center For Epidemiological Studies Depression Scale For Children* (CES-DC) dan untuk kecemasan menggunakan kuesioner *Spance Children Anxiety Scale*(SCAS). Analisis data menggunakan uji *chi square* guna untuk melihat apakah ada hubungan antara kecemasan orang tua dengan depresi pada anak sekolah dasar dengan *alpha* sebesar 5% (0,05).

HASIL

Hasil penelitian tentang hubungan kecemasan orangtua dengan depresi pada anak sekolah dasar di SDN 03 Simpang Haru Padang ditampilkan dalam bentuk analisis univariat dan bivariat.

Karakteristik Responden

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Murid
di SDN 03 Simpang Haru

No.	Karakteristik	f	%
1	Umur		
	10 Tahun	7	13,0%
	11 Tahun	40	74,1%
	12 Tahun	6	11,1%
	13 Tahun	1	1,9%
	Jumlah	54	100%
2	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	25	46,3%
	Perempuan	29	53,7%
	Jumlah	54	100%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa dari 54 orang responden, terdapat 74,1% responden berada pada usia 11 tahun, dan 53,7% responden berjenis kelamin perempuan.

Analisa Univariat

1. Depresi

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Depresi pada Anak Sekolah Dasar di SDN 03 Simpang Haru

Depresi Pada Anak	F	%
Depresi	25	46,3%
Tidak Depresi	29	53,7%
Jumlah	54	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 54 orang responden, terdapat 46,3% mengalami depresi dan 53,7% tidak mengalami depresi.

2. Kecemasan Pada Anak

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan pada Anak Sekolah Dasar di SDN 03 Simpang Haru

Kecemasan Pada Anak	f	%
Ya	25	46,3%
Tidak	29	53,7%
Jumlah	54	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 54 orang responden, terdapat 46,3% mengalami kecemasan dan 53,7% tidak mengalami kecemasan.

Analisa Bivariat

Hubungan Kecemasan Dengan Depresi

Tabel 4
Hubungan Kecemasan Dengan Depresi pada Anak Sekolah Dasar di SDN 03 Simpang Haru

Kecemasan	Depresi				Total		<i>P value</i>
	Depresi		Tidak Depresi		f	%	
	f	%	F	%			
Ya	18	72,0	7	28,0	25	100	0,001
Tidak	7	21,0	22	75,9	29	100	
Jumlah	25	46,3	29	53,7	54	100	

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 25 orang responden yang mengalami kecemasan terdapat 72,0% mengalami depresi dan 28,0% tidak mengalami depresi. Sedangkan dari 29 orang responden yang tidak mengalami kecemasan terdapat 21,0% mengalami depresi dan 75,9% tidak mengalami depresi.

Hasil uji statistik diperoleh nilai $P\text{ value} = 0,001$ ($P\text{ value} < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima, berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kecemasan dengan depresi pada anak sekolah dasar di SDN 03 Simpang Haru Padang Tahun 2018.

PEMBAHASAN

Hubungan Antara Kecemasan Dengan Depresi Pada Anak Sekolah Dasar

Berdasarkan data yang diperoleh, mengenai kecemasan dengan depresi pada anak didapatkan bahwa dari 25 orang responden yang mengalami kecemasan terdapat 72,0% mengalami depresi dan 28,0% tidak mengalami depresi. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai $P Value = 0.001$ ($P < 0,05$). Jadi, terdapat hubungan yang bermakna antara kecemasan dengan depresi pada anak sekolah dasar.

Anak usia SD (6-12 tahun) sering merasa cemas ketika kehilangan kasih sayang, perhatian, dan dukungan orangtuanya. Jika kecemasan dan ketakutan berlangsung untuk waktu yang lama, maka anak akan mengalami gangguan tidur, depresi, kesulitan bergaul dan berteman, penyalahgunaan obat-obatan, dan penurunan sistem kekebalan tubuh yang dapat membuat anak lebih rentan terhadap berbagai penyakit tertentu (Hidayat, 2012).

Kecemasan dan ketakutan merupakan ciri normal pada masa anak-anak, seperti halnya pada kehidupan orang dewasa. Kecemasan dianggap tidak normal bila berlebihan dan menghambat fungsi akademik dan sosial atau menjadi menyusahakan. Kecemasan pada anak yang bisa berdampak pada masalah psikologis pada anak, seperti anak-anak dengan kecemasan yang berlebihan mungkin mengalami kesulitan bergaul dengan orang lain, mengalami harga diri rendah dan menyembunyikan rasa ketakutan dan khawatir (Coyle, 2010).

Ada banyak kemiripan antara kecemasan dengan depresi, keduanya melibatkan kadar pikiran negatif yang besar. Orang yang mengalami kecemasan cenderung untuk takut akan masa depan serta orang yang mengalami depresi melihat masa depan sebagai saat tiadanya harapan, keduanya percaya bahwa hal yang buruk akan sama-sama terjadi. Baik kecemasan maupun depresi berkaitan dengan neurotransmitter (zat yang menyampaikan pesan dari satu sel saraf ke sel saraf yang lainnya) yang sama, yang merupakan sebab keduanya memiliki kemiripan pemikiran. Kecemasan dan depresi memiliki gejala fisik yang sama seperti merasa mual, sakit perut, sakit kepala, tanpa alasan yang jelas. Kecemasan berat yang menguras energi biasanya akan berkembang menjadi depresi (bisa sementara ataupun menetap) (Samsara, 2017).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan bahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kecemasan dengan depresi pada anak sekolah dasar di SDN 03 Simpang Haru Padang tahun 2018 dengan $P Value = 0,001$.

Saran

Diharapkan pada pihak sekolah untuk lebih meningkatkan upaya-upaya untuk pencegahan depresi pada anak sekolah dasar seperti memberikan bimbingan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri anak-anak dan meningkatkan peran guru bimbingan konseling di Sekolah dan diharapkan juga kepada orangtua untuk lebih meningkatkan lagi perhatian dan memberi penguatan positif pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

Borba, Ed.D, M. (2009). *The Big Book of Parenting Solutions*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

- Brasil, A. Q., & Advíncula, A. O. (2013). *Childhood depression : a systematic review*, 1417–1425.
- Brizendine, L. (2008). *The Female Brain*. Penerjemah: Meda Satrio. Jakarta: Ufuk Press.
- Cahyaningsih, S.Kp, D. S. (2011). *Pertumbuhan Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Charles, J., & Fazeli, M. (2017). *Depression in children*, 46(12), 901–907.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai penerbit FKUI.
- Hidayat Aziz Alimul. (2013). *Metode Penelitian dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hutasoit, C. Y. (2016). *Hubungan kekerasan dengan depresi pada anak sekolah dasar di Kecamatan Malalayang Kota Manado*, 4.
- IKAPI. (2015). *Mengasuh dan Mendidik Buah Hati Tanpa Kekerasan*. Beranda Agency.
- Ispriantari, A., & Priasmoro, D. P. (2017). *Center for Epidemiological Studies Depression Scale for Children (CES-DC) Bahasa Indonesia*.
- Lubis, N. L. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Marcdante, K. J., Kliegman, R. M., Jenson, H. B., & Behrman, R. E. (2011). *Nelson Ilmu Kesehatan Anak Esensial*. Indonesia: Elsevier.
- National Institute of Mental Health. (2010). *Depression and College Students*. Diakses pada tanggal 24 Maret 2018 Jam 20:04 WIB.
<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/depression-in-children-and-adolescents.shtml/american>
- Polly Waite, Cathy Creswell. (2014). *Children and adolescents referred for treatment of anxiety disorders: Differences in clinical characteristics*. *J Affect Disord*. 2014 oct 1; 167(100): 326-332. doi: 10.1016/j.jad.2014.06.028
- Prevalence, T., Factors, R., Disorders, A., & Sample, E. (2015). *The Prevalence and Risk Factors of Anxiety Disorders in an Egyptian Sample of School and Students at the Age of 12-18 Years*, 18(5). <https://doi.org/10.4172/2378-5756.1000316>
- Radja, D. (2016). *Gambaran tingkat kecemasan pada anak yang mengalami kekerasan di sekolah dasar di Kecamatan Malalayang Kota Manado*, 4.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya*. Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).
- Utami, T. W., Astuti, Y. S., Studi, P., Bogor, K., ... Kesehatan, I. (2017). *Hubungan kecemasan dengan depresi pada anak sekolah dasar*, 9(1), 1–5.
- World Health Organization (WHO). (2017). *Prevalence Child Depression*. Diakses pada 22 Maret 2018. Dari http://www.who.int/growthref/who_bmi.for.age/enhtml.
- Wong, D. L. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta: EGC.