

**PENGARUH PEMBERIAN USAHA KESEHATAN JIWA  
SEKOLAH TERHADAP TINGKAT DEPRESI SISWA  
SMP KELAS IX DALAM MENGHADAPI UJIAN  
NASIONAL DI KECAMATAN  
GAMPING**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :  
LUTHFI QISTHIYANSYAH  
201010201081**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2014**

**PENGARUH PEMBERIAN USAHA KESEHATAN JIWA  
SEKOLAH TERHADAP TINGKAT DEPRESI SISWA  
SMP KELAS IX DALAM MENGHADAPI UJIAN  
NASIONAL DI KECAMATAN  
GAMPING**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta



**Disusun Oleh :  
LUTHFI QISTHIYANSYAH  
201010201081**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2014**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH PEMBERIAN USAHA KESEHATAN JIWA  
SEKOLAH TERHADAP TINGKAT DEPRESI SISWA  
SMP KELAS IX DALAM MENGHADAPI UJIAN  
NASIONAL DI KECAMATAN  
GAMPING**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun Oleh:  
LUTHFI QISTHIYANSYAH  
201010201081**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing  
Pada Tanggal :

10 Juli 2014



**Pembimbing**  
Ibrahim Rahmat, S.Kp., S.Pd., M.Kes.

# PENGARUH PEMBERIAN USAHA KESEHATAN JIWA SEKOLAH TERHADAP TINGKAT DEPRESI SISWA SMP KELAS IX DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL DI KECAMATAN GAMPING<sup>1</sup>

Luthfi Qisthiyansyah<sup>2</sup>, Ibrahim Rahmat<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang:** Siswa SMP khususnya murid kelas IX diwajibkan mengikuti Ujian Nasional dan merupakan syarat dari kelulusan siswa. Standar kelulusan meningkat setiap tahun. Hal ini menimbulkan berbagai masalah psikologis bagi siswa. Salah satu permasalahan yang muncul adalah depresi. Oleh karena itu dibutuhkan intervensi yang dapat menurunkan tingkat depresi siswa sehingga lebih siap menghadapi UN, yaitu pemberian usaha kesehatan jiwa sekolah.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pemberian UKJS terhadap tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi UN di Gamping, Sleman, Yogyakarta.

**Metode:** Penelitian *quasi experiment* dengan metode *pretest-posttest control group design* dilakukan pada 124 siswa SMP kelas IX yang terbagi menjadi 62 siswa untuk kelompok intervensi dan 62 siswa untuk kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan metode *simple random sampling* dan *quota sampling*. *Child Depression Inventory* digunakan untuk mengukur tingkat depresi.

**Hasil:** Pada kelompok intervensi rerata tingkat depresi dari *pretest* ke *posttest* terjadi penurunan dengan  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ) sehingga dikatakan terdapat perbedaan yang bermakna. Pada kelompok kontrol rerata tingkat depresi dari *pretest* ke *posttest* adalah  $p=0.487$  ( $p>0.05$ ) sehingga dikatakan tidak terdapat perbedaan yang bermakna.

**Simpulan:** Pemberian UKJS efektif dalam menurunkan tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional di Gamping, Sleman, Yogyakarta dengan  $p=0.013$  ( $p<0.05$ ).

**Saran:** Bagi guru kelas dan BK diperlukannya upaya untuk menurunkan tingkat depresi siswa dengan mengadakan kegiatan atau menerapkan UKJS.

Kata Kunci : Tingkat Depresi, Ujian Nasional, UKJS  
Kepustakaan : 32 Buku (2003-2013), 7 Skripsi, 12 Jurnal, 7 Internet  
Jumlah halaman : xiii, 70 Halaman, 8 Tabel, 3 Gambar, 21 Lampiran

---

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

# THE EFFECT OF SCHOOL MENTAL HEALTH EFFORT IMPLEMENTATION ON DEPRESSION LEVELS OF JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS OF GRADE NINE IN TAKING NATIONAL TEST AT GAMPING<sup>1</sup>

Luthfi Qisthiyansyah<sup>2</sup>, Ibrahim Rahmat<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Background:** The ninth grades class junior high school students are required to attend National Examination, as a fulfillment requirement of graduation. The national examination grade standard is increasing every year, which have been impacting on the psychological problems for students. One of problems is depression among students. Therefore, the mental health support intervention by school is needed to decrease depression level, in order to help students to prepare themselves for the national examination.

**Objective:** To determine the impact of school mental health support on the depression levels during national examination among students of the ninth grades class junior high school at Gamping, Sleman, Yogyakarta

**Methods:** The study was a quasi -experiment with pretest - posttest control group study design. This study observed 124 students of the ninth grades junior high school, which divided into 62 students for intervention group and 62 students for control group. The probability sampling with simple random sampling and quota sampling was used as sampling technique. The Child Depression Inventory used to measure the depression levels.

**Conclusion:** The results showed, that the mean value of depression levels from pre-test and post-test was decreased with  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) for the intervention group. There was a significant difference for intervention group. Meanwhile, the mean of depression levels from pretest and posttest is  $p = 0.487$  ( $p > 0.05$ ) for the control group, which means, there was no significant difference.

**Suggestion:** In order to decrease the depression level during the national examination, the school is encouraged to give or hold mental health effort program to the students of the ninth grade class junior high school.

Keywords : Depression Level, National Examination, School Mental Health Effort

References : 32 Books (2003-2013), 7 Theses, 12 Journal, 7 Website

Number of pages : xiii, 70 Pages, 8 Tables, 3 Figures, 21 Appendices

---

<sup>1</sup>Title of thesis

<sup>2</sup>Student of School of Nursing, 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of School of Nursing, at Faculty of Medicine Gadjah Mada University

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup manusia yang bertujuan memmanusiakan manusia, mendewasakan, merubah perilaku, dan meningkatkan kualitas menjadi lebih baik. Diharapkan sekolah menghasilkan lulusan yang berkualitas yang akan memberikan kontribusi kepada pembangunan bangsa (Fattah, 2004). Ujian Nasional (UN) adalah sebagai bahan acuan evaluasi untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan menyiapkan peserta didik agar dapat bersaing di dunia internasional termasuk SMP (Muharrifah, 2009). Sesuai dengan peraturan menteri pendidikan nasional no. 78 tahun 2008 bahwa fungsi Ujian Nasional yaitu untuk pemetaan mutu satuan dan/atau program pendidikan; seleksi masuk jenjang pendidikan berikutnya; penentuan kelulusan peserta didik dari program dan/atau satuan pendidikan; pembinaan dan pemberian bantuan kepada satuan pendidikan dalam upaya peningkatan mutu.

Semakin kompleksnya materi pelajaran yang harus dikuasai oleh anak atau pelajar, sehingga membuat mereka menjadi rentan terhadap kondisi psikologis terutama depresi dalam belajar dan menghadapi ujian. Anak sekolah dituntut untuk memiliki tingkat kecerdasan emosional yang baik untuk menghadapi berbagai macam kondisi pembelajaran di sekolah guna menanggulangi kemungkinan depresi yang dapat terjadi akibat banyaknya tekanan akademik (Nawabakti, 2013). Siswa yang memiliki psikis tidak baik akan mengalami ketakutan bahkan menjadikan paranoid serta depresi saat menghadapi maupun pasca UN (Andika. 2013. Ujian Nasional, Ajang Bisnis dan Mesin Pemicu Depresi, ¶ 7, <http://www.analisadaily>, diperoleh tanggal 18 Oktober 2013).

UN menjadi momok yang menakutkan atau bahkan menjadi permasalahan psikologis bagi siswa SMP dalam menghadapi UN. Contoh nyata yang disampaikan di media massa yaitu siswi SMP Negeri Pasang Kayu Mamuju Utara, Sulawesi Barat yaitu Raudatul Marwah. Sebelumnya siswi tersebut mengalami gangguan mental yang umum ditandai dengan kesedihan menjelang pelaksanaan Ujian Nasional. Bahkan ketika petugas UN membantunya dalam menuliskan namanya siswi tersebut menangis. Sehingga siswi tersebut harus mengikuti Ujian Nasional di rumahnya (Kardi. 2013. Siswi Depresi Jelang Pelaksanaan UN dalam <http://video.news.viva>, diakses tanggal 28 Oktober 2013). Konselor di lingkungan sekolah sangat membantu menangani masalah siswa terutama di SMP, namun secara komprehensif belum menangani secara langsung permasalahan psikologis siswa yang akan menghadapi UN. Konselor pendidikan atau guru Bimbingan dan Konseling (BK) bertugas dan bertanggung jawab dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling pada peserta didik di satuan pendidikan (Sutardi & Endang, 2010). Dengan demikian diharapkan guru BK berperan mendukung peningkatan mutu pendidikan di sekolah (Lim et al., 2013).

Di SMP sudah memiliki guru BK akan tetapi masih sebatas menjalankan tugasnya sebagai guru mata pelajaran bukan pendamping siswa di sekolah atau secara umum guru BK masih menangani siswa bermasalah seperti tawuran, membolos, berkelahi, penyalahgunaan NAPZA dan lain sebagainya (Batoadji, n.d).Guru BK belum secara langsung menangani masalah psikologis siswa terutama depresi. Selama ini konselor sekolah jarang melakukan penanganan serius pada siswa yang menderita depresi. Bahkan mungkin kebanyakan konselor sekolah belum mengenali tanda-tanda depresi. Hal ini karena tanda-tanda depresi sering dianggap sebagai bagian dari pengalaman sehari-hari. Padahal respon guru terhadap penanganan depresi siswa sangat terkait dengan pemahaman mereka terhadap gejala dan penyebab masalah ini (Fitri, 2011). Menurut Hodgkinson dan Prins (2011, dalam Fitri, 2011), guru

cenderung melaporkan adanya gangguan perilaku dan cenderung mencari penyebab kesulitan siswa berasal dari luar konteks sekolah.

Ujian Nasional yang selalu menjadi kekhawatiran dan menjadi beban bagi para siswa-siswi dari tahun ke tahun. Menghadapi Ujian Nasional dalam keadaan depresi dapat berdampak buruk bagi kondisi pembelajaran mereka apabila tidak ditangani dengan baik. Gejala yang dapat terjadi seperti perasaan sedih yang berkepanjangan, suka menyendiri, sering melamun di dalam kelas atau di rumah, kurang nafsu makan atau makan berlebihan, sulit tidur atau tidur berlebihan, merasa lelah, lesu atau kurang bertenaga, serasa rendah diri, sulit konsentrasi dan sulit mengambil keputusan serta putus asa (Gani, 2013). Depresi dapat muncul dalam berbagai cara dan mempunyai sejumlah penyebab, tidak memperdulikan jenis kelamin dan pekerjaan, dan bisa menyerang kapan pun mulai dari remaja sampai paruh baya (Iskandar, 2009).

Menurut Fitri (2011), masalah depresi dapat menjadi kronis dan mengarah pada ketidakmampuan individu dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Depresi menjadi penyebab beban penyakit global pada kategori usia 15 sampai 44 tahun baik bagi laki-laki maupun perempuan. Diperkirakan 20% anak dan remaja di seluruh dunia mengalami masalah kejiwaan termasuk depresi. Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2013, depresi merupakan penyakit yang umumnya terjadi di seluruh dunia, dengan perkiraan 350 juta orang yang terkena. Kemungkinan paling buruk adalah depresi dapat menyebabkan bunuh diri. Hasilnya sekitar 1 juta kematian setiap tahun akibat bunuh diri. Beban depresi dan kondisi kesehatan mental dan lainnya akan terus meningkat secara global.

Data statistik yang pasti berkaitan dengan depresi siswa dalam menghadapi Ujian Nasional belum banyak (Nawabakti, 2013). Akan tetapi menurut hasil survei *Substance Abuse and Mental Health Services Administration* menunjukkan bahwa remaja awal berusia 12-13 tahun rentan mengalami depresi sebanyak 5 % (Muharrifah, 2009). Menurut Angold & Costello, 2001; Costello et al. 2002 dalam McDougall (2006) bahwa prevalensi depresi setelah pubertas remaja sekitar 3 % , dengan perempuan dua kali lebih terpengaruh dibandingkan pria (masing-masing 2% dan 1%). Menurut Davidson et al. (2006), anak-anak dan dewasa yang berusia 7 hingga 17 tahun memiliki kesamaan dengan orang dewasa dalam mood depresi yaitu ketidakmampuan untuk merasakan kesenangan, fatik, masalah konsentrasi dan pemikiran untuk bunuh diri. Perbedaannya adalah tingkat percobaan bunuh diri dan rasa bersalah lebih tinggi pada anak-anak dan remaja. Masalah mengenai hal ini sudah ada penanganan oleh sekolah yaitu pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan dan pembinaan lingkungan dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

Bentuk nyata program kegiatan UKS seperti pelayanan kesehatan yaitu memberikan penyuluhan berkaitan dengan kebersihan diri (gigi dan mulut, kulit, mata, telinga, hidung dan rambut), lomba poster sehat dan lomba kebersihan kelas. (Mubarak & Chayatin, 2009). Akan tetapi dari ketiga kegiatan dalam program UKS yaitu pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan dan pembinaan lingkungan belum menangani masalah psikologis siswa terutama dalam menghadapi UN. Perlu dibentuk suatu wadah khusus bagi para siswa SMP untuk mengembangkan kemampuan psikologis terutama dalam menghadapi UN. Menurut Nawabakti (2013), program yang dimungkinkan dapat mengatasi hal tersebut adalah dengan diadakannya Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah (UKJS). UKJS merupakan suatu bentuk layanan kesehatan jiwa bagi anak sekolah dasar yang belum pernah ada di Indonesia. Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah (UJKS) sebagai suatu program yang memberikan pelayanan kesehatan masalah psikologis siswa di sekolah, bertujuan untuk

meningkatkan tingkat kesehatan psikologis, yaitu mengurangi kecemasan, mengurangi tingkat depresi, meningkatkan kecerdasan emosional, serta peningkatan motivasi siswa. Melalui serangkaian kegiatan ini diharapkan tingkat depresi siswa dapat berkurang sehingga siswa lebih siap dalam menghadapi Ujian Nasional.

Hasil wawancara pada studi pendahuluan terhadap siswa dan guru BK yang dilaksanakan di SMP Negeri 1, SMP Negeri 2 dan SMP Negeri 3 di wilayah Gamping, Sleman, Yogyakarta, didapatkan hasil bahwa 22 dari 30 siswa kelas IX mengatakan bahwa terdapat perasaan takut dan cemas dalam menghadapi UN. Delapan diantaranya takut tidak lulus UN, sedangkan yang lain merasa takut nilai ujiannya jelek dan menyebabkan siswa sulit berkonsentrasi dan menimbulkan minat belajar berkurang. Kemudian hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK disetiap SMP tersebut, didapat hasil bahwa guru BK sudah berusaha berperan aktif untuk memberikan layanan bimbingan konseling kepada siswa berdasarkan kebutuhan siswa. Sehingga dari latar belakang diatas, yaitu dengan semakin meningkatnya pendidikan dan persiapan mental dalam menghadapi Ujian Nasional pada siswa SMP, peneliti tertarik meneliti tentang Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah terhadap Tingkat Depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional di Kecamatan Gamping Sleman.

## **TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan umum, diketahuinya pengaruh pemberian usaha kesehatan jiwa sekolah terhadap tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional di kecamatan Gamping, Sleman, Yogyakarta. Tujuan khusus, a) Diketahuinya tingkat depresi siswa SMP IX dalam menghadapi Ujian Nasional sebelum diberikan UKJS; b) Diketahuinya tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional setelah diberikan UKJS.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experiment*. Rancangan penelitian yang dilakukan menggunakan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design* (Sugiyono, 2011). Dalam desain penelitian ini dilakukan dengan mengelompokkan anggota kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang keduanya dilakukan random. Kemudian dilakukan *pretest* pada kedua kelompok tersebut dan diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen. Setelah beberapa waktu kemudian dilakukan *posttest* pada kedua kelompok tersebut (Riyanto, 2011).

Pengukuran depresi diukur dengan menggunakan CDI (*Child Depression Inventory*) yang ditujukan pada peserta didik kelas IX SMP di Kecamatan Gamping. Terdiri dari 27 item pernyataan yang mencerminkan gejala depresi, yaitu : *negative mood*, *anhedonia*, berkurangnya energi ditandai dengan mudah lelah (*ineffectiveness*), harga diri dan kepercayaan diri yang menurun (*negative self-esteem*), serta adanya masalah hubungan sosial (Kovacs 2003 dalam Nawabakti 2013). Untuk validitas dan reliabilitas dengan uji coba eksternal dilakukan pada 109 subjek dengan cara mengkorelasikan dengan *Beck Depression Inventory* (BDI) dengan hasil korelasi  $(r) = 0,561$  ( $p < 0,01$ ). Uji coba internal dilakukan pada subjek sebanyak 252, hasil menunjukkan indeks beda yang berkisar antara 0,027 – 0,379 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,714 (Retnowati et al., 2010 dalam Nawabakti 2013). Skala yang digunakan adalah interval.

Penelitian ini menggunakan analisis data univariat dan bivariat. Uji *Parametrik* penelitian ini akan menggunakan teknik *t-test*. Uji normalitas yang akan digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan uji *one sample kolmogorov-smirnov*

(Riwidikdo, 2012). Jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal, maka data pada penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan uji statistik *non parametrik* dengan teknik *Wilcoxon Match Pairs* (Setiadi, 2007).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilaksanakan di SMP N yang berada di wilayah Kecamatan Gamping, Sleman, Yogyakarta. Wilayah ini mempunyai perbatasan yaitu Sebelah Utara berbatasan dengan Kecamatan Mlati, sebelah Timur berbatasan dengan Kota Yogyakarta, sebelah Selatan berbatasan dengan Kecamatan Kasihan Bantul dan sebelah Barat berbatasan dengan Kecamatan Godean. Penelitian ini dilaksanakan di 4 SMP Negeri di Kecamatan Gamping yang tersebar di 4 kelurahan, yaitu Kelurahan Balecatur, Trihanggo, Nogotirto, dan Ambarketawang.

Karakteristik subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dan umur dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMP wilayah Kecamatan Gamping

No	Karakteristik Responden	Intervensi		Kontrol	
		N	Persentase (%)	N	Persentase (%)
A.	Jenis Kelamin				
1	Laki-laki	33	53,2	32	51,6
2	Perempuan	29	46,8	30	48,4
	Total	62	100	62	100
B.	Umur				
1	13	-	0	1	1,6
2	14	28	45,2	25	40,3
3	15	28	45,2	28	45,2
4	16	6	9,7	6	9,7
5	17	-	0	2	3,2
	Total	62	100	62	100

Sumber : Data Primer 2014

Dari tabel 4.1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok intervensi dan kontrol sebagian besar berjenis kelamin laki-laki. Pada kelompok intervensi, responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 33 orang (53,2%) dan pada kelompok kontrol responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 32 orang (51,6%).

## ANALISI DATA

### 1. Analisis Deskriptif tingkat Depresi SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional sebelum dan sesudah diberikan UKJS

Berikut ini hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* tingkat depresi siswa SMP kelas IX pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di uraikan pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Depresi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol sebelum dan sesudah diberikan Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah Pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Gamping

Kategori	Depresi ringan		Depresi sedang		Depresi berat	
	N	%	N	%	N	%
<i>Hasil Pretest</i>						
Intervensi	45	72,6	17	27,4	-	-
Kontrol	49	79	13	21	-	-
<i>Hasil Posttest</i>						
Intervensi	58	93,5	4	6,5	-	-
Kontrol	50	80,6	12	19,4	-	-

Sumber : Data Primer 2014

Tabel 4.2 pada hasil *pretest* menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol sebelum diberikan UKJS, tingkat depresi terbanyak adalah pada tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 49 responden (79%) dan paling sedikit adalah tingkat depresi sedang yaitu sebanyak 13 responden (21%). Kemudian pada kelompok intervensi paling banyak responden memiliki tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 45 responden (72,6%) dan tingkat depresi sedang yaitu sebanyak 17 responden (27,4%).

Tabel 4.2 pada hasil *posttest* menunjukkan bahwa pada kelompok Intervensi sesudah UKJS (*posttest*), tingkat depresi siswa paling banyak adalah pada tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 58 responden (93,5%) dan tingkat depresi sedang yaitu sebanyak 4 responden (6,5%). Kemudian pada kelompok kontrol tingkat depresi terbanyak adalah pada tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 50 responden (80,6%) dan paling sedikit adalah depresi sedang yaitu sebanyak 12 responden (19,4%). Sehingga disimpulkan bahwa dari dari hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi menunjukkan adanya perbedaan tingkat depresi pada depresi ringan sebesar 20,9 %.

## 2. Pengaruh pemberian UKJS terhadap Tingkat Depresi Siswa SMP kelas IX Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di Kecamatan Gamping

Perbedaan skor tingkat depresi antara sebelum dan sesudah diberikan Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah pada kelompok intervensi dan kelompok Kontrol diuraikan pada tabel berikut :

Tabel 4.3 Hasil Uji *Paired t-test* Skor Tingkat Depresi Siswa SMP Kelas IX di Kecamatan Gamping

	<i>Mean</i>	t hitung	df	p	N
Intervensi	3.91 ± 3.432	8.992	61	0,000	62
Kontrol	0.43 ± 4.897	0.700	61	0,487	62

Sumber : Data Primer 2014

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa bahwa perbedaan rata-rata skor tingkat depresi *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi yaitu 3.91 dengan SD 3.432, t hitung 8.992 > t tabel (1.670) dengan df 61, dan nilai p 0,000 (p<0,05), maka diartikan bahwa  $H_a$  diterima. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai

perbedaan skor rata-rata tingkat depresi yaitu 0.43 dengan SD 4.897,  $t$  hitung  $0.700 < t$  tabel (1.670) dengan  $df$  61, dan nilai  $p$  0,487 ( $p > 0,05$ ), maka artinya  $H_0$  ditolak. Dengan demikian disimpulkan bahwa secara statistik pada alpha 5% diyakini ada perbedaan skor tingkat depresi siswa SMP kelas IX antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dan tidak ada perbedaan skor tingkat depresi siswa SMP kelas IX antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

Kemudian untuk mengetahui perbedaan antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dilakukan dengan menggunakan uji *independent t-test*. Perbedaan tingkat depresi siswa SMP kelas IX di Kecamatan Gamping ada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan UKJS yaitu sebagai berikut :

Tabel 4.4 Hasil Analisa *Independent T-test* Tingkat Depresi

	Mean	t hitung	df	p
<i>Pretest</i>				
Intervensi	13.98 ± 4.154	1.586	122	0,115
Kontrol	12.66 ± 5.082			
<i>Posttest</i>				
Intervensi	10.06 ± 3.954	-2.532	122	0,013
Kontrol	12.22 ± 5.424			

Sumber : Data Primer 2014

Dari tabel 4.4 menunjukkan bahwa Perbedaan tingkat depresi antara sebelum diberikan UKJS pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, yang ditunjukkan nilai  $p > 0,05$  ( $p=0,115$ ),  $t$  hitung  $1.586 < t$  tabel (1,657) dengan  $df$  122. Sedangkan tingkat depresi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan UKJS pada kelompok intervensi menunjukkan terdapat perbedaan dengan nilai  $p < 0,05$  ( $p=0,013$ ),  $t$  hitung  $-2.532 > t$  tabel dengan  $df$  122. Sehingga dari hasil analisis dengan *independent t-test* dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat depresi siswa SMP kelas IX pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan UKJS.

## PEMBAHASAN

Hasil *pretest* menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen, siswa yang mengalami depresi ringan sebanyak 45 siswa (72,6 %) dan siswa yang mengalami depresi sedang sebanyak 17 siswa (27,48%). Sedangkan pada kelompok kontrol, jumlah siswa yang mengalami depresi ringan 49 (79%) dan siswa yang mengalami depresi sedang berjumlah 13 siswa (21%). Berdasarkan hasil penelitian rata-rata tingkat depresi siswa SMP sebelum diberikan UKJS pada kelompok intervensi sebesar 13,98 sedangkan pada kontrol mempunyai hasil sebesar 12.66. Rata-rata tingkat depresi siswa SMP sebelum diberikan UKJS pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol termasuk dalam kategori depresi ringan. Hasil uji beda *pretest* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen menunjukkan hasil 0,115 ( $p > 0,05$ ) yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan.

Berdasarkan penelitian hasil dari Ryan (2005), prevalensi gangguan depresi mayor umum terjadi selama masa kanak-kanak diperkirakan sekitar 1 - 2% pada anak usia sekolah (6 - 12 tahun) dan 2-5% pada remaja (13 - 18 tahun), dengan 14 - 25 % pemuda mengalami setidaknya satu episode depresi berat sebelum dewasa. Penelitian McCann (2012), dalam Survei Nasional Kesehatan Mental dan Kesejahteraan tahun 2007, lebih dari satu dari empat warga Australia yang berusia 16

- 24 tahun mengalami gangguan mental dan 6,3% yang didiagnosis dengan depresi. Namun, hanya kurang dari 25% dari anak muda dengan masalah kesehatan mental yang mencari bantuan profesional.

Pada tabel 4.4 menunjukkan setelah dilakukan intervensi UKJS didapatkan nilai rata-rata sebelum pemberian UKJS pada kelompok intervensi sebesar 13.98 dan setelahnya menjadi 10.06, ini menunjukkan penurunan nilai sebesar 3.92. Sehingga ini menunjukkan bahwa diberikannya UKJS dapat membantu menurunkan skor tingkat depresi siswa SMP kelas IX. Jika dilihat dari perubahan tingkat depresi dan nilai rerata perolehan skor depresi pada *posttest*, hal ini terjadi karena pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa pemberian UKJS. Menurut penelitian Goldney et al. (2002) dalam studi awalnya pada tahun 1998, bahwa pendidikan kesehatan jiwa di tingkat masyarakat dalam masa pertumbuhan di Australia dan perkiraan terjadi peningkatan kesadaran kesehatan mental dari waktu ke waktu dengan harapan bahwa secara khusus dapat mempengaruhi perilaku untuk mencari bantuan bagi orang-orang yang depresi dan bunuh diri. Sehingga sadar akan kesehatan mental pada orang-orang yang depresi dan bunuh diri, lebih siap dari gejala depresi dan akan segera mencari bantuan (Chamberlain, 2012).

Hasil uji statistik dengan uji *paired t-test* pada kelompok intervensi didapatkan hasil nilai signifikansi *p value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan SD yang berarti diyakini bahwa alpha 5% ada perbedaan yang bermakna atau ada pengaruh pemberian usaha kesehatan jiwa sekolah terhadap tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional di Kecamatan Gamping. Tabel 4.4 dalam perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, skor tingkat depresi siswa SMP secara umum dengan uji *independent t-test* terdapat nilai *p value* 0,013 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa pada alpha 5% diyakini ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut. Kemudian dilihat dari nilai rata-rata sebelum pemberian UKJS sebesar 13.98 dan setelah diberikan UKJS menjadi 10.06, terjadi penurunan nilai rata-rata sebesar 3.92. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian UKJS yang diterapkan pada kelompok intervensi berpengaruh dalam menurunkan skor tingkat depresi siswa SMP kelas IX.

Hal ini terjadi dikarenakan pada kelompok intervensi diberikan 4 kegiatan yaitu pemberian materi tentang depresi, konseling individu, diskusi kelompok dan kegiatan yang bersifat relaksasi berupa menonton video motivasi. Kegiatan dalam ini dilakukan selama 2 minggu dengan setiap minggu diberikan kegiatan sebanyak 2 kali selama 40 menit untuk setiap kegiatannya. Sejalan dengan penelitian Weist (2007) program kesehatan mental sekolah terkoordinasi dan komprehensif yang salah satu fungsinya sebagai *screening*, untuk melengkapi misi sekolah yaitu mengidentifikasi pemuda yang membutuhkan dan menghubungkan mereka ke layanan yang lebih efektif. sehingga memberikan kontribusi untuk hasil yang positif bagi pendidikan dan dapat dinilai oleh keluarga, sekolah, dan masyarakat.

#### **KETERBASAN PENELITIAN**

Peneliti tidak mengontrol faktor pengganggu yang mempengaruhi responden dalam penelitian.

#### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh pemberian usaha kesehatan jiwa sekolah (UKJS) terhadap tingkat depresi siswa SMP kelas IX di kecamatan Gamping, penulis menarik beberapa simpulan yaitu :

1. Tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional sebelum diberikan UKJS sebagian besar mengalami depresi ringan baik pada kelompok intervensi ataupun pada kelompok kontrol.
2. Tingkat depresi siswa SMP kelas IX dalam menghadapi ujian Nasional setelah diberikan UKJS pada kelompok intervensi sebagian besar pada tingkat depresi ringan sebanyak 58 siswa.
3. Pemberian UKJS terhadap siswa SMP kelas IX dalam menghadapi ujian Nasional mempunyai pengaruh menurunkan tingkat depresi sebesar 20,9%.

## **SARAN**

Berdasarkan hasil kesimpulan yang diperoleh dari penelitian Pengaruh Pemberian Usaha Kesehatan Jiwa Sekolah Terhadap Tingkat Depresi Siswa SMP Kelas IX Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di Kecamatan Gamping 2014, maka ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan yaitu :

1. Bagi ilmu keperawatan  
Bahwa perawat dapat memberikan kontribusinya di dunia pendidikan untuk dapat memberikan pelatihan yang berfungsi mengani masalah-masalah kesehatan salah satunya yaitu permasalahan dalam keperawatan jiwa.
2. Bagi siswa  
Bahwa siswa sebaiknya mengerti permasalahan kesehatan terutama mengenai kesehatan jiwa dan mampu mengerti tanda gejala yang timbul berkaitan dengan kesehatan jiwa salah satunya adalah depresi. Oleh sebab itu mengikuti kegiatan positif yang sifatnya dapat menguatkan jiwa akan dapat meningkatkan kesiapan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.
3. Bagi Sekolah Menengah Pertama di Gamping Sleman  
Bahwa wali kelas dan guru BK dalam hal ini agar tetap memperhatikan kesehatan jiwa salah satunya depresi yang terjadi pada siswa, khususnya siswa kelas IX yang akan menghadapi Ujian Nasional. Apabila ditemukan tanda dan gejala depresi pada siswa, guru dapat menerapkan program UKJS yaitu dengan pemberian materi depresi, konseling personal, diskusi kelompok dan memberikan kegiatan-kegiatan yang bersifat relaksasi misalnya dengan menonton video motivasi.
4. Bagi peneliti selanjutnya  
Diharapkan dapat mengembangkan penelitian berkaitan dengan penelitian ini dengan menggunakan sampel yang lebih banyak waktu yang lebih sesuai serta lebih memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi depresi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Andika. (2013). Ujian Nasional, Ajang Bisnis dan Mesin Pemicu Depresi dalam <http://www.analisadaily.com/mobile/pages/news/9931/ujian-nasional-ajang-bisnis-dan-mesin-pemicu-depresi>, diakses tanggal 18 Oktober 2013.
- Batuadji, K. (n.d). Hubungan antara Efektivitas Fungsi Bimbingan dan Konseling Dengan Persepsi Siswa Terhadap Bimbingan Konseling di Sekolah Menengah Pertama Stella Duce I Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*. Vol. 36 (1) 18.
- Chamberlain, Peter N.; Robert D. Goldney; Anne W. Taylor; Kerena A. Eckert. (2012). Have Mental Health Education Programs Influenced the Mental Health Literacy of Those with Major Depression and Suicidal Ideation? A Comparison between 1998 and 2008 in South Australia. *The Official Journal of The American Association Of Suicidology*;10.1111/j.1943-278X.2012.00109.x

- Davidson ,Gerald C., John M. Neale, Ann M. Kring. (2006) *Psikologi abnormal*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Fattah, N. (2004). *Konsep Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) Dan Dewan Sekolah*. Bandung : Bani Quraisy.
- Fitri, S. (2011, Oktober). *Mengenali dan Menangani Depresi pada Siswa: Rambu-rambu bagi Konselor Sekolah di Sekolah*, Bandung.
- Gani, F.E.F. (2013). *Efektifitas Latihan Relaksasi (RelaxationExercise) terhadap Tingkat Depresi (Depression Level) Siswa Kelas 3 SMP Menjelang Ujian Nasional (UN)*. Yogyakarta : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Iskandar, Y. (2009). *Pustaka Kesehatan Populer Psikologi*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
- Kardi, K. (2013). Siswi Depresi Jelang Pelaksanaan UN dalam [http://video.news.viva.co.id/read/25020-depresi--siswi-smp-tak-mampu-kerjakan-un\\_1](http://video.news.viva.co.id/read/25020-depresi--siswi-smp-tak-mampu-kerjakan-un_1), diakses tanggal 28 Oktober 2013.
- Lim,Ricard, Viera Adella, Naniek K. Darmawan (2013, Februari). *Esensi bimbingan dan konseling di sekolah. Seminar untuk Guru BK (Konselor Sekolah) dan Kepala Sekolah*. Jakarta.
- McCann, Terence and Dan I Lubman2. (2012). Young people with depression and their experience accessing an enhanced primary care service for youth with emerging mental health problems: a qualitative study. *McCann and Lubman BMC Psychiatry*, 12:96.
- Mubarak, W.I. dan Chayatin, N. (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas : Pengantar dan Teori*. Jakarta : Salemba Medika.
- Muharrifah, A. (2009). *Interaksi Antara Remaja, Ayah, Dan Sekolah Serta Hubungannya Dengan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Ujian Nasional*. Bogor : Institut Pertanian Bogor.
- Nawabakti, L.R. (2013). *Pengaruh pemberian Usaha kesehatan jiwa sekolah Terhadap tingkat depresi siswa sekolah dasar kelas vi Dalam menghadapi ujian nasional Di kecamatan seyegan sleman Yogyakarta*. Skripsi tidak dipublikasikan. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.
- Riwidikdo, H. (2011). *Statistik kesehatan : Belajar Mudah Teknik Analisis data Dalam Penelitian Kesehatan (Plus Aplikasi Software SPSS)*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press.
- Ryan, N. D. (2005). *Treatment of depression in children and adolescents*. *Lancet*; 366:933-40.
- Setiadi. (2007). *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sutardi, A. dan Endang Budiasih. (2010). *Mahasiswa Tidak Memble Siap Ambil Alih Kekuasaan Nasional*. Jakarta : Gramedia.
- Weist, M. D.; Marcia R.; Elizabeth M.; Steven A.; Gordon W.. (2007). Mental Health Screening in Schools. *Journal of School Health,February 2007, Vol. 77, No. American School Health Association*.
- World Health Organization. (2013). Depression dalam [http://www.who.int/mental\\_health/management/depression/en/](http://www.who.int/mental_health/management/depression/en/), diakses tanggal 11 oktober 2013.