

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT OBESITAS DENGAN
TINGKAT DEPRESI PADA SISWA-SISWI
DI MAN 2 SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
AULYANA DEWI SAFITRI
201410201012**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT OBESITAS DENGAN
TINGKAT DEPRESI PADA SISWA-SISWI
DI MAN 2 SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:
AULYANA DEWI SAFITRI
201410201012

Telah disetujui oleh Pembimbing

Pada Tanggal:
28 Juli 2018

Pembimbing

Ns. Prastiwi Puji Rahayu, M. Kep., Sp. Kep.J.



UNISA
Universitas Aisyiyah Yogyakarta

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT OBESITAS DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA SISWA-SISWI DI MAN 2 SLEMAN YOGYAKARTA¹

Aulyana Dewi Safitri², Prastiwi Puji Rahayu³

ABSTRAK

Latar Belakang: Depresi merupakan salah satu gangguan jiwa yang dipengaruhi oleh stresor psikososial yang mencetuskan terjadinya gangguan jiwa tergantung pada potensi stresor, maturitas, pendidikan, kondisi fisik, tipe kepribadian, sosiobudaya lingkungan dan situasi. Prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas pada tahun 2013 mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat obesitas dengan tingkat depresi pada siswa-siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian korelasi kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional* dan menggunakan teknik total sampling. Sampel terdiri 30 responden yang mengalami obesitas. Pengumpulan data menggunakan timbangan berat badan *camry*, pengukur tinggi badan *general care*, dan instrument kuesioner DASS 42. Teknik analisa data menggunakan *Kendall Tau*.

Hasil: Sebagian besar responden mengalami depresi ringan yaitu sebanyak 90,0%, sebagian besar responden mengalami obesitas kelas I yaitu sebanyak 96,7%, di dapatkan $r= 0,557$. Analisis *kendall's tau* menunjukkan bahwa pada taraf signifikansi $p= 0,05$ diperoleh nilai $p= 0,003$ sehingga $p<0,05$.

Simpulan: Ada hubungan antara tingkat obesitas dengan tingkat depresi pada siswa-siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta. Disarankan siswa-siswi yang mengalami depresi dapat berkonsultasi langsung dengan petugas kesehatan dan melakukan aktifitas fisik olahraga secara rutin dan mengatur pola makan yang sehat.

Kata Kunci : Siswa-Siswi MAN 2 Sleman, depresi, obesitas
Daftar Pustaka : 22 buku, 7 jurnal, 9 skripsi, 8 website
Jumlah Halaman : xi, 57 halaman, 6 tabel, 2 gambar, 17 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Pembimbing

THE RELATION BETWEEN OBESITY LEVEL AND DEPRESSION LEVEL IN MALE AND FEMALE STUDENTS OF MAN 2 SLEMAN YOGYAKARTA¹

Aulyana Dewi Safitri², Prastiwi Puji Rahayu³

ABSTRACT

Background: Depression is one of mental disorders which is influenced by psychosocial stressor. This stressor triggers the occurrence of mental disorder that depends on stressor potency, maturity, education, physical condition, personality type, social culture environment, and situation. In 2013, the prevalence of mental emotional disorder which was shown by depression and anxiety symptoms was 14 million people or 6% of Indonesian citizens whose age were more than 15 years old.

Aim : This research aims to reveal the relation between obesity level and depression level for male and female students at MAN 2 Sleman Yogyakarta.

Research Method: This was correlation quantitative research with cross sectional research design and used total sampling technique. Samples consisted of 30 respondents who suffered from obesity. The data was collected through camry weight scale, general care height measurement, and DASS 42 questionnaire instruments. The data was analyzed by Kendall Tau.

Result: Mostly respondents (90%) suffered from light depression. There were 96.7% of first grade students who suffered from obesity. The result was r for 0,557 and the Kendall's Tau analysis showed in the significant level of p 0.05, the p value was for 0,003. Thus p value was <0.05.

Conclusion: There is relation between obesity level and depression level in female and male students of MAN 2 Sleman Yogyakarta. It is suggested for male and female students who suffer from depression can directly consult to health workers and do daily physical exercise. It is also suggested to arrange health diet menu.

Keywords : Male and female students of MAN 2 Sleman, depression, obesity.

Bibliography : 22 books, 7 journals, 9 thesis, 8 websites

Pages : xi, 57 pages, 6 tables, 2 pictures, 17 appendixes

¹Title of the Thesis

²School of Nursing Student, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer

PENDAHULUAN

Depresi merupakan salah satu gangguan jiwa yang dipengaruhi oleh stresor psikososial. Kemampuan stresor psikososial untuk bisa mencetuskan terjadinya gangguan jiwa tergantung pada potensi stresor, maturitas, pendidikan, kondisi fisik, tipe kepribadian, sosiobudaya lingkungan dan situasi (Marchira, Wirasto dan Sumarni, 2007).

Menurut data Kemenkes RI (2016) di Indonesia menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Menurut Buddeburg-Fisher *et al*, (1999 dalam Sajago, Gozali dan Purnomo, 2012) melaporkan tingginya angka gangguan psikiatri pada anak dan remaja yang mengalami obesitas seperti gangguan *mood*.

Menurut WHO (2017_b) orang dengan obesitas memiliki berbagai masalah kesehatan dan psikologis. Depresi juga dapat mempengaruhi berbagai masalah seperti: kehilangan energy, perubahan nafsu makan, tidur lebih atau kurang, kegelisahan, mengurangi konsentrasi, ragu-ragu, kegelisahan, perasaan tidak berharga, bersalah, atau putus asa dan pikiran untuk menyakiti diri sendiri atau bunuh diri. Menurut Musyawarah (2014) bahwa obesitas dapat menyebabkan gejala depresi melalui mediator endogen seperti hormon (leptin, adiponectin, resistin, dan kortisol), neurotransmitter (serotin dan katekolamin) dan anti inflamatori (IL-6 dan TNF) serta mediator eksogen seperti derajat obesitas, usia, jenis kelamin, tingkat

pendidikan, sisioekonomi, behavioural, psikologikal dan biologik. Kemudian mediator obesitas tersebut menjadi stimuli bersama genetik terhadap *biased memory anf attention* pada mekanisme *self referential schema* terhadap depresi di otak terutama pada korteks *cingulate anterior*, korteks *prefrontal* dan sistem limbik.

Menurut Dirgayunita (2016) Depresi jika dibiarkan berlarut dapat mempengaruhi gangguan sistem kekebalan tubuh dan membebani pikiran. Apabila berada dalam emosi yang negatif seperti rasa sedih, benci, putus asa, iri, kecemasan, dan kurang bersyukur maka sistem kekebalan akan menjadi lemah.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi dengan pendekatan waktu *cross sectional*, yaitu yaitu penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variable bebas dan terikat hanya satu kali pada suatu saat (Nursalam, 2014). Sampel terdiri 30 responden yang mengalami obesitas dengan menggunakan teknik *total sampling*, yaitu yaitu teknik penentuan sampel semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2013). Alat pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner DASS. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Kendall Tau* merupakan uji analisis yang digunakan untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel atau lebih yang berskala data berbentuk ordinal atau rangking. Uji *Kendall Tau* untuk menganalisis sampel yang jumlahnya lebih dari 10 (Sugiyono, 2013)

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1
Karakteristik Responden Siswa-Siswi Obesitas dan Depresi
di MAN 2 Sleman Yogyakarta 2018

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase %
1.	Usia		
	15 tahun	1	3,3
	16 tahun	6	20,0
	17 tahun	16	53,3
	18 tahun	7	23,3
	Jumlah	30	100,0
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	7	23,3
	Perempuan	23	76,7
	Jumlah	30	100,0
3.	Kelas		
	Kelas X	16	53,3
	Kelas XI	14	46,7
	Jumlah	30	100,0
4.	Tingkat Obesitas		
	Kelas I 30-34,9	29	96,7
	Kelas II 35-39,9	1	3,3
	Kelas III >40	0	0
	Jumlah	30	100,0
5.	Tingkat Depresi		
	Normal	0	0
	Ringan	27	90,0
	Sedang	3	10,0
	Berat	0	0
	Jumlah	30	100,0

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui dari 30 Responden yang diteliti, usia 15 tahun sebanyak 1 orang (3,3 %), 16 tahun sebanyak 6 orang (20,0 %), 17 tahun sebanyak 16 orang (53,3 %) dan usia 18 tahun sebanyak 7 orang (23,3 %). Karakteristik jenis kelamin, laki laki sebanyak 7 orang (23,3 %), perempuan sebanyak 23 orang (76,7 %). Pada karakteristik kelas, responden kelas X 16 orang (53,3 %) dan kelas XI 14 orang (46,7 %). Kemudian karakteristik responden

berdasarkan tingkat obesitas, responden paling banyak yaitu kategori obesitas kelas I dengan IMT 30-34,9 sebanyak 29 orang (96,7 %), responden paling sedikit yaitu kategori obesitas kelas II dengan IMT 35-39,9 sebanyak 1 orang (3,3 %). Karakteristik responden berdasarkan tingkat depresi, responden paling banyak yaitu kategori ringan dengan nilai 10- 13 sebanyak 27 orang (90,0%), responden yang paling sedikit yaitu kategori sedang dengan nilai 10-13 sebanyak 3 orang (10,0%).

2. Tingkat Depresi Berdasarkan Umur

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Berdasarkan Umur
Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman
Yogyakarta 2018

Umur	Tingkat Depresi									
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
15 tahun	0	0	1	100	0	0	0	0	1	100
16 tahun	0	0	6	100	0	0	0	0	6	100
17 tahun	0	0	14	87,5	2	12,5	0	0	16	100
18 tahun	0	0	6	85,7	1	14,3	0	0	7	100

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar persentase tingkat depresi paling tinggi yaitu tingkat depresi ringan dengan umur 17 tahun sebanyak 14 orang (87,5%), pada tingkat depresi ringan persentase yang

paling rendah yaitu dengan umur 15 tahun sebanyak 1 orang (100%), sedangkan pada tingkat depresi sedang persentase paling tinggi dengan umur 17 tahun sebanyak 2 orang (12,5%) dan persentase terendahnya yaitu dengan umur 18 tahun sebanyak 1 orang (14,3%).

3. Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin
Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman
Yogyakarta 2018

Jenis Kelamin	Tingkat Depresi									
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	0	0	7	100	0	0	0	0	7	100
Perempuan	0	0	20	87,0	3	13,0	0	0	23	100

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 30 responden presentase paling tinggi yaitu pada tingkat depresi ringan dengan jenis kelamin perempuan 20 orang (87,0%),

depresi sedang 3 orang (13,0%), sedangkan presentase paling rendah yaitu depresi ringan dengan jenis kelamin laki-laki 7 orang (100%).

4. Tingkat Obesitas Berdasarkan Umur

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Tingkat Obesitas Berdasarkan Umur
Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman
Yogyakarta 2018

Umur	Tingkat Obesitas							
	Kelas I (30-34,9)		Kelas II (35-39,9)		Kelas III (> 40)		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
15 tahun	1	100	0	0	0	0	1	100
16 tahun	6	100	0	0	0	0	6	100
17 tahun	16	100	0	0	0	0	16	100
18 tahun	6	85,7	1	14,3	0	0	7	100

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa tingkat obesitas berdasarkan umur presentase paling tinggi yaitu pada tingkat obesitas kelas I dengan umur 17 tahun 16 orang (100%), dan presentase paling rendah pada

tingkat obesitas kelas I yaitu umur 15 tahun 1 orang (100%). Sedangkan presentase paling tinggi pada tingkat obesitas kelas II yaitu umur 18 tahun 1 orang (14,3%).

5. Tingkat Obesitas Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Tingkat Obesitas Berdasarkan
Jenis Kelamin Pada Siswa-Siswi di
MAN 2 Sleman Yogyakarta 2018

Jenis Kelamin	Tingkat Obesitas							
	Kelas I (30-34,9)		Kelas II (35-39,9)		Kelas III (> 40)		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	7	100	0	0	0	0	7	100
Perempuan	22	95,7	1	3,3	0	0	23	100

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa tingkat obesitas berdasarkan jenis kelamin presentase paling tinggi yaitu pada tingkat obesitas kelas I dengan jenis kelamin perempuan 22 orang (95,7%), dan presentase paling

rendah pada tingkat obesitas kelas I yaitu laki-laki 7 orang (100%). Sedangkan presentase paling tinggi pada tingkat obesitas kelas II yaitu perempuan 1 orang (3,3%).

6. Hasil Uji Korelasi

Tabel 4.6
Hasil Uji Korelasi antara Tingkat Obesitas dengan
Tingkat Depresi Pada Siswa-Siswi di
MAN 2 Sleman Yogyakarta 2018

Tingkat Obesitas	Tingkat Depresi										r	p
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Total			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Kelas I (30-34,9)	0	0	27	93,1	2	6,9	0	0	29	100		
Kelas II (35-39,9)	0	0	0	0	1	100	0	0	1	100	0,557	0,003
Kelas III (>40)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Total	0	0	27	90,0	3	10,0	0	0	30	100		

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar persentase tingkat obesitas paling tinggi yaitu tingkat obesitas kelas I dengan tingkat depresi ringan sebanyak 27 orang (93,1%), pada tingkat obesitas kelas I yang mengalami tingkat depresi sedang yaitu sebanyak 2 orang (6,9%), dan persentase tingkat obesitas paling rendah yaitu tingkat obesitas kelas II

dengan tingkat depresi sedang sebanyak 1 orang (100%).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, lalu diadakan pengujian hipotesis dengan uji *Kendall-Tau* menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,003 dengan koefisien korelasi yaitu 0,557. Berdasarkan nilai $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat obesitas dengan tingkat depresi pada siswa-siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Depresi Berdasarkan Umur Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian didapatkan usia 17 tahun lebih banyak mengalami tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 14 orang (87,5%), sedangkan tingkat depresi sedang lebih banyak pada usia 17 tahun yaitu 2 orang (12,5%). Berdasarkan analisis hasil penelitian bahwa kelompok usia remaja mengenai penampilan diri adalah hal yang sangat diperhatikan, karena rasa kepercayaan diri lebih tinggi ketika memiliki tubuh yang menarik atau ideal dan banyaknya teman sebaya dan teman lingkungan sekitarnya memberikan komentar

negatif mengenai tubuh obesitasnya, kemudian munculnya harga diri rendah dan kepercayaan diri yang kurang mengakibatkan munculnya depresi. Selain itu, menurut Ardjana, (2007 dalam Arsita, 2016) bahwa depresi meningkat seiring pertambahan usia, terutama setelah melalui masa pubertas. Menurut Himawati (2013) bahwa faktor umur berpengaruh signifikan terhadap depresi. Penelitian ini sesuai dengan peneliti *Roberts et al* dalam Musyawah (2014) bahwa depresi lebih banyak muncul pada usia >12 tahun dan kelompok yang belum menikah yang telah mengalami obesitas selama 5 tahun terakhir.

2. Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian didapatkan jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami depresi ringan yaitu 20 orang (87,0%) dan depresi sedang yaitu 3 orang (13,0%), sedangkan pada laki-laki yang mengalami depresi ringan hanya 7 orang (100%). Berdasarkan analisis hasil penelitian bahwa perempuan lebih banyak memperhatikan penampilan terutama fisik dibandingkan dengan laki-laki yang lebih tidak memperhatikan penampilan fisiknya. Wanita mementingkan bentuk tubuh dan menyadari adanya reaksi sosial terhadap bentuk tubuh dan menyadari adanya reaksi sosial terhadap bentuk tubuh yang mereka miliki. Kebanyakan wanita merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya sehingga menimbulkan konsep diri yang negatif

Penelitian ini sesuai dengan peneliti Musyawarah (2014) bahwa perempuan lebih banyak mengalami depresi dibandingkan dengan laki-laki yaitu 2 sampai 3 kali lebih tinggi dengan obesitas sebagai faktor risiko karena ketidakpuasan bentuk dan berat badan, keinginan untuk langsing dan stigma yang buruk terhadap perempuan obesitas.

3. Tingkat Obesitas Berdasarkan Umur Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian didapatkan usia remaja 17 tahun lebih banyak mengalami tingkat obesitas kelas I yaitu 16 orang (100%) dan tingkat obesitas kelas II sebanyak 1 orang (14,3%). Berdasarkan analisis hasil penelitian bahwa kebanyakan siswa pada usia remaja mengalami pola makan yang tidak baik. Banyak remaja yang

mengalami kegemukan karena mereka terlalu banyak makan yang mengandung lemak, porsi makan yang berlebihan, makan makanan *junk food*, selain itu juga disebabkan kurangnya olah raga atau aktifitas fisik yang bisa membantu mengurangi berat badan yang berlebih. Kenaikan usia menyebabkan peningkatan remaja yang mengalami obesitas, hal itu disebabkan karena tingkat stress yang mereka alami akan berakibat kenaikan nafsu makan dan porsi makannya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Masdar, dkk (2016) Saat tubuh mengalami stres adalah suatu ketakutan yang mengancam dalam diri kita, seperti orang yang takut kegemukan, yang selalu khawatir dengan berat badannya, hal itu memicu kelenjar adrenal melepaskan kortisol lebih banyak sebagai respon alami tubuh terhadap stres. Tingginya kadar hormon kortisol akan merangsang tubuh untuk mengeluarkan hormon insulin, leptin, dan sistem *neuropeptide Y* (NPY) yang akan membuat otak membangkitkan rasa lapar sehingga timbul keinginan makan, pemilihan jenis makanan tinggi gula dan lemak, serta menimbulkan motivasi untuk mencari makanan berkalori tinggi yang menenangkan dan menyimpan kalori ekstra sebagai lemak di bagian perut.

4. Tingkat Obesitas Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian didapatkan jenis kelamin perempuan lebih banyak yang mengalami tingkat obesitas kelas I yaitu 22 orang (95,7%) dan kelas II sebanyak 1 orang (3,3%). Berdasarkan analisis hasil penelitian bahwa perempuan yang mengalami obesitas lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini juga disebabkan karena faktor

lingkungan sekitar seperti gaya hidup dan pola makan di rumah maupun di sekolah. Selain itu, siswa juga makan pada malam hari dengan banyak kandungan karbohidrat. Minatnya aktifitas fisik pada laki-laki dan perempuan yang berbeda sebagai alasan obesitas, perempuan banyak yang tidak suka melakukan aktifitas fisik dibandingkan dengan laki-laki yang gemar dan rutin melakukan aktifitas fisik seperti olah raga. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Putra (2016) yang dilakukan di Kota Denpasar menunjukkan bahwa mahasiswa dengan obesitas usia 15-24 tahun yang menjadi sampel penelitian memiliki pola makan yang lebih dan aktivitas fisik yang kurang. Hal ini mungkin dapat menjadi faktor resiko terjadinya obesitas, dimana pola makan tersebut juga di selingi oleh berbagai cemilan yang di konsumsi. Maraknya makanan cepat saji juga menjadi salah satu faktor penyebab obesitas.

Stres merupakan bagian dari faktor penyebab terjadinya obesitas. Tingkat stres pada perempuan lebih tinggi, karena memiliki koping menghadapi stres yang tidak bagus dibandingkan dengan laki-laki dan perbedaan kerja hormon yang dimiliki oleh laki-laki dan perempuan. Stres yang dialami akan merangsang hormon kortisol menjadi meningkat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Prahestyningrum (2017) bahwa stres juga akan menyebabkan peningkatan hormon kortisol yang menyebabkan perangsangan berupa asupan makanan secara berlebihan disertai pembentukan lemak di beberapa jaringan tubuh. Hal ini disebabkan karena hormon kortisol berperan dalam metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein, dimana kortisol akan meningkatkan kadar glukosa darah sehingga merangsang

pelepasan insulin dan menghambat masuknya glukosa ke dalam sel otot.

5. Hubungan Tingkat Obesitas dengan Tingkat Depresi Pada Siswa-Siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian didapatkan Hipotesis awal pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat obesitas dengan tingkat depresi pada siswa-siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta. Setelah dilakukan penelitian, dapat diketahui hasil perhitungan dengan menggunakan uji *kendall tau* dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,557 dengan taraf signifikansi (p) sebesar $0,003 < 0,05$. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara tingkat obesitas dengan tingkat depresi pada siswa-siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta. Persentase dilihat dari keseluruhan semua siswa-siswi mulai dari kelas X dan XI terdapat 1,32 % yang mengalami obesitas.

Siswa-siswi di MAN 2 Sleman mengalami obesitas dengan depresi di pengaruhi oleh usia, jenis kelamin, tingkat obesitas dan tingkat depresi. Faktor-faktor yang menyebabkan seseorang depresi yaitu salah satunya faktor hormonal dan faktor psikososial (Aizid, 2014). Disisi lain, obesitas juga dapat mempengaruhi faktor kejiwaan seorang anak seperti merasa kurang percaya diri. Hal ini lebih terlihat pada anak usia remaja, biasanya akan menjadi pasif dan depresi dan cenderung tidak mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya (Masdar,dkk ,2016). Penelitian ini sesuai dengan penelitian Musyawah (2014) bahwa obesitas dapat menyebabkan gejala depresi melalui mediator endogen seperti hormon (leptin, adiponectin, resistin, dan kortisol), neurotransmitter (serotin dan katekolamin) dan anti

inflamatori (IL-6 dan TNF) serta mediator eksogen seperti derajat obesitas, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, sosioekonomi, behavioural, psikologikal dan biologik. Kemudian mediator obesitas tersebut menjadi stimuli bersama genetik terhadap *biased memory and attention* pada mekanisme self referential schema terhadap depresi di otak terutama pada korteks *cingulate anterior*, korteks prefrontal dan sistem limbik.

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

- a. Mayoritas siswa MAN 2 Sleman Yogyakarta mengalami obesitas kelas I sebanyak 29 responden.
- b. Mayoritas siswa-siswi MAN 2 Sleman Yogyakarta mengalami depresi ringan sebanyak 27 responden.
- c. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat obesitas dengan tingkat depresi pada siswa-siswi di MAN 2 Sleman Yogyakarta dengan sifat hubungan positif yang signifikansinya (p) $0,003 < 0,05$ dan koefisiensi korelasi $0,557$ dengan sifat hubungan positif.

2. Saran

- a. Bagi Ilmu Pengetahuan
Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah informasi yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi guna memberikan pengetahuan bagi petugas kesehatan agar lebih memperhatikan psikologi usia remaja.
- b. Bagi responden
Bagi responden yang mengalami depresi agar dapat berkonsultasi langsung dengan petugas

kesehatan, melakukan aktifitas fisik olahraga secara rutin, dan mengatur pola makan yang sehat.

- c. Bagi sekolah MAN 2 Sleman
Bagi pihak sekolah MAN 2 Sleman agar dapat memberi pengetahuan atau penyuluhan tentang obesitas dan depresi yang bekerjasama dengan Puskesmas setempat.
- d. Bagi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Bagi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta khususnya bagi mahasiswa agar dapat menambah referensi dan sumber bacaan mengenai depresi pada siswa-siswi MAN 2 Sleman.
- e. Bagi peneliti selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan pola makan responden, jenis kelamin responden, umur responden, aktivitas fisik responden, psikologi responden, kognitif responden, sehingga dapat diketahui apakah salah satu faktor tersebut dapat mempengaruhi tingkat depresi pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aizid, R. (2015). *Melawan stress & depresi*. Yogyakarta: Saufa
- Arsita, A.S. (2016). *Perbedaan Tingkat Depresi Siswa Putri Kelas xi di Pondok Pesantren Al-mukmin Dengan di Sma Negeri 2 Sukoharjo*. Di unduh pada 14 Agustus 2018 dari <http://eprints.ums.ac.id>

- Dirgayunita, A. Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Journal Anafis: Kajian dan Penelitian Psikologi*. Vol. 1 No. 1 Juni 2016. Di unduh pada 26 Oktober 2017 dari <https://www.google.co.id>
- Himawati, H.A. (2013). *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Depresi Remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Bekonang Mojolaban Sukoharjo*. Di unduh pada 16 Juli 2018 dari <http://eprints.ums.ac.id>
- Kemenkes RI. (2016). Peran Keluarga Dukung Kesehatan Jiwa Masyarakat. Di unduh pada 17 Oktober 2017 dari <http://www.depkes.go.id>
- Marchira, C.R., Wirasto, R.T., Sumarni. (2007). Pengaruh Faktor Psikososial dan Insomnia terhadap depresi pada lansia di Kota Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*. 23 (1): 1-5. Di unduh pada 18 Oktober 2017 dari <https://journal.ugm.ac.id>
- Masdar, H., Saputri, P.A., Rosdiana, D., Chandra, F., Darmawi. (2016). Depresi, Ansietas, dan Stres serta Hubungannya dengan Obesitas pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Vol 12 No 4 April 2016 (138-143). Di unduh pada 17 Oktober 2017 dari <https://www.google.co.id>
- Musyawarah. (2014). *Hubungan Obesitas dengan Gejala Depresi pada Pasien Dewasa di Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh*. Di unduh 21 Juli 2018 dari <http://etd.unsyiah.ac.id>
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Prahestyningrum, F. (2017). *Hubungan Stres dengan Obesitas pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*
- Putra, I.P.E.P. (2016). Gambaran Tingkat Depresi dan Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2013 Universitas Warmadewa Denpasar Bali. *E-Jurnal Medika*, Vol. 5, No.5, Mei 2016. Di unduh pada 19 juli 2018 dari <https://ojs.unud.ac.id>
- Sajogo, I., Gozali, E.W., Purnomo, W. (2012). *Hubungan antara Tingkat Overweight-Obesitas dan Gejala Depresi pada Remaja SMA Swasta di Surabaya*. Di unduh pada 1 Mei 2012 dari <http://journal.unair.ac.id>
- Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- WHO. (2017_b). *Depression*. Di unduh pada 18 Oktober 2017 dari <http://www.who.int>