

PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG DEPRESI MELALUI EDUKASI

Public Knowledge Enhancement About Depression Through Education

Nur Mahmudah¹, Refsya Azanti Putri², Aviolena Retinoyaliani³, Nur Alfi Khoirul Faj'riati³, Anis Afkar A'dilah³, Amelia Rizki Ningtiyas³, Eka Putri Widya Arsia Riyadi³, Geofany Hargi Findawan³, Hana Fadhillah³, Erika Arista Putri⁴, Sherin Isna Meiliana⁴, A'Ang Yuanita Hart⁴, Maisa Maharani⁴, Rakyana Wening Puspa Ayu⁴, Sri Kumala Dewi⁴, Zulfa Nur Hanifah⁴, Natasya Maula Syahdiba⁴, Salsabila Putri Ramadhani⁴, Nurul Cahyaning Nardi Sayekti⁴

¹Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Dosen Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

³Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

⁴Mahasiswa Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi: Nur Mahmudah, Refsya Azanti Putri.

Alamat email: nm189@ums.ac.id, refsya.a.putri@ums.ac.id

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 merupakan stressor yang cukup berat bagi masyarakat, yang memicu kejadian gangguan jiwa. Indonesia mengalami peningkatan kasus gangguan jiwa sebanyak 2 kali lipat selama pandemi, baik berupa stres maupun depresi. Berdasarkan hal tersebut, diperlukan adanya informasi tentang gangguan jiwa, utamanya depresi pada masyarakat, sehingga diharapkan masyarakat memiliki pengetahuan tentang gejala penyakit tersebut dan mengetahui hal yang harus dilakukan jika memiliki gejala depresi. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang depresi terutama faktor risiko dan pengobatannya. Metode yang dilakukan berupa pemberian pretest, pemaparan materi dan post-test. Analisis nilai antara pretest dan post-test terdapat perbedaan signifikan ($p < 0,05$). Kesimpulan kegiatan ini bahwa edukasi meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang depresi.

Kata Kunci: *Pandemi COVID-19, Depresi, Edukasi, Peningkatan Pengetahuan*

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic is a fairly heavy stressor for the community, which triggers the occurrence of mental disorders. Indonesia experienced a doubled cases of mental disorders during the pandemic, both of stress and depression. Based on this, it is necessary to provide information about mental disorders, especially depression to the public, so that people are expected to increase their knowledge about depression symptoms and know what to do if they have its. The purpose of this activity is to provide education to the public about depression, especially its risk factors and treatment. The method used is in the form of pretest, material presentation and post-test. After analyzing the values between the pretest and post-test there was a significant difference ($p < 0.05$). We concluded that education increases public knowledge about depression..

Keywords: *COVID-19 Pandemic, Depression, Education, Knowledge Improvement*

PENDAHULUAN

Depresi merupakan penyakit yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan dan kehilangan minat terhadap kegiatan-kegiatan yang biasanya kita lakukan dengan senang hati. Tanda berikutnya adalah berhenti menjalankan kegiatan yang biasa dilakukan sehari-hari setidaknya selama dua minggu (Kemenkes, 2018). Menurut Maslim (2013) depresi merupakan sebuah gangguan kesehatan mental yang ditandai dengan kehilangan minat dan kegembiraan serta berkurangnya energi yang menuju meningkatnya keadaan mudah lelah dan menurunnya aktivitas. Menurut WHO (2021) depresi dapat berkembang menjadi penyakit yang serius apabila penanganannya tidak segera dilakukan sehingga akan menyebabkan disabilitas pada penderita depresi.

Peneliti Hasanah (2020) mengatakan bahwa saat ini COVID-19 menjadi sumber stres dengan pengaruh yang besar, baik untuk individu maupun kelompok sosial. Individu dapat mengalami masalah masalah psikologis yang berbeda-beda, terutama pada situasi pandemi COVID-19 saat ini. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menyatakan bahwa pandemi COVID-19

menyebabkan angka kasus gangguan jiwa dan depresi mengalami peningkatan hingga 6,5 persen di Indonesia. World Health Organization menyatakan bahwa gangguan depresif berada pada urutan keempat penyakit di dunia (WHO, 2019). Gangguan depresif mengenai sekitar 20% wanita dan 12% laki-laki pada suatu waktu dalam kehidupan.

Racine *et al.* (2021) melakukan meta analisis 29 studi tentang prevalensi depresi dan kecemasan anak dan remaja saat pandemi COVID-19 menyatakan bahwa peningkatan depresi anak dan remaja selama pandemi COVID-19 adalah 25,2%, sedangkan kecemasan meningkat sebanyak 20,5%, dengan peningkatan yang lebih tinggi pada anak perempuan dibanding laki-laki.

Negara Asia merupakan negara yang memiliki jumlah kasus depresi tertinggi di dunia (Steptoe *et al.*, 2007). Menurut Hoban (2009) terdapat 43% mahasiswa yang memiliki gejala depresi dapat mengganggu studi yang berpengaruh pada kinerja akademis dan menyebabkan pikiran negatif. Selama periode pandemi, para siswa yang dievaluasi ~~dan~~ menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi, dibandingkan pada masa-masa normal. Hasil yang didapat

menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek negatif pada psikologis siswa (Maia & Dias, 2020).

Peran serta individu yang bersangkutan, keluarga maupun praktisi medis dan paramedis yang profesional sangat diperlukan untuk terapi gangguan depresif. Gangguan depresif ini perlu mendapat perhatian dari semua pihak apabila dilihat dari tingginya angka penderita dan akibat dari gangguan depresif. Apoteker dengan pelayanan kefarmasiannya juga dapat berperan serta dalam menangani masalah gangguan depresif, seperti mengidentifikasi gejala yang terjadi, memberikan edukasi dan konseling tentang swamedikasi, terapi yang digunakan, obat yang dikonsumsi, serta monitoring efek samping obat yang dikonsumsi penderita (Depkes RI, 2007).

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan juga memberikan edukasi mengenai faktor risiko dan pengobatan depresi yang targetnya yaitu mahasiswa umum di Indonesia. Kegiatan ini juga diharapkan dapat memperluas wawasan masyarakat maupun mahasiswa umum di Indonesia mengenai pentingnya mengetahui Depresi dan juga bagaimana pengobatan pasien depresi di Indonesia.

Melalui artikel ini kami berharap dapat memberikan manfaat pada mahasiswa maupun masyarakat umum di Indonesia mengenai pentingnya mengetahui depresi dan juga pengobatannya, serta peran farmasis di dalamnya, oleh karena terapi depresi tidak bisa dilakukan dengan swamedikasi sendiri serta tidak boleh dihentikan begitu saja, depresi sendiri jika dibiarkan begitu saja akan merugikan penderitanya.

METODE

Tahap pertama dilaksanakan proses bimbingan antara tim penulis dan pembimbing dengan pembahasan *Brainstorming* tema serta observasi target dan konsep kegiatan. Proses bimbingan dilaksanakan melalui *Google meet*.

Kegiatan ini dikemas dalam bentuk *Web Seminar* (Webinar) yang dilaksanakan melalui *Zoom Cloud Meeting* pada 20 Desember 2021. Kelompok sasaran pada kegiatan ini adalah mahasiswa non kesehatan dan kesehatan, pencarian peserta dilakukan dengan cara tim penulis mengunggah poster webinar melalui Status *WhatsApp* maupun membagikan melalui *WhatsApp Grup* dan platform media sosial lainnya dari masing-masing tim.

Seminar dengan mengusung tema “*Get to Know About Depression*” yang diangkat sesuai

dengan banyaknya keresahan yang dihadapi masyarakat di era pandemi COVID-19. Pelaksanaan webinar dilakukan selama lebih kurang 140 menit dengan penyampaian materi dari 4 pembicara dari Fakultas Kedokteran Umum dan Fakultas Farmasi UMS.

Rangkaian kegiatan acara webinar dimulai dengan pembukaan dan sambutan oleh ketua panitia. Penyampaian materi 1 tentang Gejala dan Tanda Depresi dengan supervisi dr. Nur Mahmudah dan penyampaian materi 2 tentang Pengobatan Depresi dengan supervisi Apt. Refsya Azanti Putri diawali dengan *pretest* sebelumnya. Acara selanjutnya diskusi tanya jawab dan peserta akan diminta kembali mengerjakan soal yang sama dalam bentuk *post-test*. Sesi diakhiri dengan foto dokumentasi kemudian penutup.

Kegiatan ini bertujuan mengetahui pengetahuan dasar peserta sebelum diberikan materi dan sesudah seminar dilakukan sehingga diketahui efektivitas seminar terhadap peningkatan pengetahuan mengenai depresi.

Memenuhi tujuan tersebut dalam mengetahui pengetahuan dasar peserta maka dibuatkan *pretest* dan *post-test* dengan menggunakan *Google form*. Jumlah pertanyaan sebanyak 12 pertanyaan dengan rincian 6 pertanyaan dari bidang kedokteran umum dan 6 pertanyaan dari bidang farmasi.

HASIL DAN DISKUSI

Peserta Webinar

Pendataan dilakukan terlebih dahulu untuk para peserta yang akan mengikuti Webinar. Data peserta Webinar dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Peserta	Jumlah	Persentase
Status	Mahasiswa	50	96%
	Non-mahasiswa	2	4%
Bidang/ Jurusan	Kesehatan	21	40%
	Non-kesehatan	31	60%

Pretest dan Post-test

Pelaksanaan *pretest* dan *post-test* dilakukan untuk dapat menilai pemahaman peserta Webinar, sebelum dan sesudah mengikuti Webinar mengenai depresi. Data *pretest* dan *post-test* ini dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Perbedaan Ukuran Pemahaman Sebelum dan Sesudah Webinar Mengenai Depresi.

No	Pertanyaan	Pretest		Post-test		Selisih Jumlah Benar
		Benar	Salah	Benar	Salah	
1	Depresi adalah penyakit non fisik	49	3	50	2	1
2	Apakah rokok termasuk dalam salah satu risiko depresi?	23	29	44	8	21
3	Depresi merupakan rasa sedih yang menetap dan berkurangnya minat	50	2	52	0	2

No	Pertanyaan	Pretest		Post-test		Selisih Jumlah Benar
		Benar	Salah	Benar	Salah	
4	Menunda pergi ke dokter saat merasakan gejala depresi akan semakin memperburuk kondisi	48	4	50	2	2
5	Pergi ke dokter saat sudah terpikirkan untuk bunuh diri saja	45	7	48	4	3
6	Niat bunuh diri merupakan salah satu kondisi kegawatdaruratan medis	49	3	49	3	0
7	Pengobatan depresi dapat dilakukan dengan cepat dan mudah	38	14	40	12	2
8	Salah satu cara untuk mengatasi depresi yaitu dengan melawan dan tantang pikiran negatif	52	0	52	0	0
9	Mengonsumsi makanan sehat penting untuk melawan depresi	51	1	52	0	1
10	Ada 3 fase untuk pengobatan gangguan depresif yaitu fase akut, fase lanjutan, dan fase pemeliharaan	51	1	51	1	0
11	Peran apoteker dalam perawatan untuk pasien yang menderita depresi yaitu memberikan saran, rekomendasi, dan konseling tentang obat-obatan	49	3	51	1	2
12	Dalam pengobatan gangguan depresi dapat dihentikan segera	30	22	48	4	18

Webinar Edukasi tema “*Get to Know About Depression*” merupakan salah satu rangkaian webinar kolaborasi IPE FK-FF Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pada data peserta Webinar (Tabel 1), didapatkan hasil bahwa webinar dihadiri oleh total 52 peserta, yang terdiri dari 50 peserta mahasiswa, 2 peserta non-mahasiswa serta 21 peserta berasal dari mahasiswa kesehatan dan 31 berasal dari mahasiswa non-kesehatan.

Pretest terlebih dahulu sebelum memaparkan materi webinar dilakukan dan *post-test* dilakukan setelah pemberian materi dengan hasil yang tertera pada Tabel 2. Terdapat 12 variabel dalam bentuk pertanyaan dengan pilihan jawaban benar salah.

Tabel 2 menunjukkan perbedaan nilai hasil dari *pretest* dan *post-test* peserta webinar. Setelah dilakukan penyampaian materi terdapat peningkatan jumlah jawaban benar pada *post-test* yang menunjukkan bahwa peserta webinar mendapatkan pemahaman yang lebih baik dibandingkan pada saat *pretest*.

Hasil nilai *pretest* dan *post-test* juga diuji menggunakan uji non parametrik wilcoxon yang didapatkan hasilnya $p < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan nilai antara sebelum dan sesudah materi dipaparkan oleh pemateri.

SIMPULAN DAN SARAN

Dilihat dari hasil perbandingan jumlah benar *pretest* dan *post-test* peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan webinar ini sehingga target dari tujuan webinar

ini yaitu memberikan pengetahuan dan juga memberikan edukasi mengenai pengobatan depresi yang targetnya yaitu mahasiswa umum di Indonesia sudah tercapai.

Tujuan diadakannya webinar ini diharapkan peserta dapat memperoleh pengetahuan dan memperluas wawasan mengenai pentingnya mengetahui apa itu depresi agar nantinya jika seseorang memiliki tanda-tanda depresi dapat mengenali bagaimana tanda-tanda depresi tersebut, dan mampu segera mengatasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, R. 2013. Kajian Tanaman Obat Indonesia yang Berpotensi sebagai Antidepresan. *Jurnal Kefarmasian Indonesia* Vol 3.1.2013:9-18.
- Binakaj, Z. 2015. "Perawatan Farmasi dengan Pasien yang Menderita Depresi." *Tesis Magister*, Fakultas Farmasi, Tuzla.
- Depkes RI, 2007,. *Pharmaceutical Care Untuk Penderita Gangguan Depresi*, Jakarta : Direktorat Bina Farmasi Komunitas Dan Klinik Ditjen Bina Kefarmasian Dan Alat Kesehatan.
- Dipiro, J.T, Gary, C.Y, L. Michael Posey, S.T Haines, Thomas D.Nolin, Vicki Ellingrod., 2020,. *Pharmacotherapy A Pathophysiologic Approach*, 11th edition, McGraw-Hill, USA.
- Dirgayunita, A. 2016. Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.235>.
- Guillaumie L, Ndayizigiye A, Beaucage C, dkk. *Perspektif pasien tentang peran apoteker komunitas untuk pengobatan antidepresan: studi kualitatif*. *Can Pharm J (Ott)*. 2018;151(2):142–148. doi:10.1177/1715163518755814.
- Hoban, M. (2009). American college health association-national college health assessment spring 2008 reference group data report (Abridged): The American college health association. *Journal of American College Health*. <https://doi.org/10.3200/JACH.57.5.477-488>.
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Anxiety, depression and stress in university students: The impact of COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>.
- Racine N, McArthur BA, Cooke JE, Eirich R, Zhu J, Madigan S. Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis. *JAMA Pediatr*. 2021;175(11):1142–1150. doi:10.1001/jamapediatrics.2021.2482
- Smith, Melinda M.A., Lawrence Robinson, and Jeanne Segal. 2018. *Coping With Depression*. HelpGuide. New York.
- Van der Molen T, van Boven JF, Maguire T, Goyal P, Altman P. *Mengoptimalkan identifikasi dan pengelolaan pasien PPOK - meninjau peran apoteker komunitas*. *Br J Clin Pharmacol*. 2017;83(1):192–201. doi:10.1111/bcp.13087.
- Kementrian Kesehatan RI, 2018. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stroke/apa-itu-depresi>