

LITERATURE REVIEW: GANGGUAN MENTAL DEPRESI PADA WANITA

¹Kurniasari Pratiwi, ¹Dinik Rusinani

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo

Email korespondensi: kurniasaripratiwi1@gmail.com

ABSTRAK

Depresi merupakan salah satu bentuk kondisi kesehatan mental yang dialami banyak orang dan sering muncul bersamaan dengan kecemasan. Depresi dapat terjadi ringan dan sementara, atau berat dan berkepanjangan. Ada orang-orang yang mengalami depresi hanya sekali dalam hidupnya; ada pula yang mengalaminya berkali-kali. Depresi merupakan salah satu penyebab utama kejadian bunuh diri (*suicide*). Berdasarkan data sebanyak 40% penderita depresi mempunyai ide untuk bunuh diri, dan hanya lebih kurang 15% saja yang sukses melakukannya. WHO memprediksikan bahwa pada tahun 2020, depresi akan menjadi salah satu gangguan mental yang banyak dialami dan depresi berat akan menjadi penyebab kedua terbesar kematian setelah serangan jantung. Depresi merupakan sebuah gangguan mental yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan dan kehilangan minat terhadap kegiatan-kegiatan yang biasanya dilakukan dengan senang hati. Tanda depresi diantaranya suasana hati yang buruk seperti kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti sehingga seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal. Tanda lain depresi adalah berhenti menjalankan kegiatan yang biasa dilakukan sehari-hari setidaknya selama dua minggu.

Kata kunci : Depresi, wanita, literature review

LITERATURE REVIEWS: ANALYSIS OF THE EVENT OF DEPRESSION IN WOMEN

ABSTRACT

Depression is a form of mental health condition experienced by many people and often occurs along with anxiety. Depression can be mild and transient, or severe and prolonged. There are people who experience depression only once in their life; some have experienced it many times. Depression is one of the main causes of suicide (suicide). Based on the data as much as 40% of patients depressed people have suicidal ideation, and only about 15% are successful in doing so. WHO predicts that by 2020, depression will be one of the most common mental disorders and major depression will be the second leading cause of death after heart attacks. Depression is a mental disorder characterized by a prolonged feeling of sadness and loss of interest in activities that are usually done with pleasure. Signs of depression include a bad mood such as prolonged sadness, hopelessness, feelings of guilt and meaninglessness so that all mental processes (thinking, feeling and behaving) can

affect motivation to engage in activities in daily life and interpersonal relationships. Another sign of depression is stopping your usual daily activities for at least two weeks.

Keywords: Depression, women, literature review

PENDAHULUAN

Setiap individu pasti mengalami berbagai masalah dan rintangan dalam hidupnya. Jika seseorang dalam hidupnya mudah putus asa dan tidak kuat menghadapi masalah, orang tersebut dapat mengalami distress bahkan depresi. Depresi tidak hanya dialami oleh orang dewasa namun dapat terjadi pada anak-anak tanpa mengenal kelas sosial. Berbagai faktor dapat menyebabkan seseorang menjadi depresi dan terpuruk. Depresi merupakan salah satu penyebab utama kejadian bunuh diri (*suicide*). Sebanyak 40% penderita depresi mempunyai ide untuk bunuh diri. Depresi merupakan gangguan kesehatan jiwa yang menjadi beban kesehatan terbesar di dunia.

Organisasi Kesehatan Dunia¹ menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi. Depresi menjadi penyebab disabilitas terbesar di seluruh penjuru dunia serta menyumbang beban ekonomi yang besar bagi negara². Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Sementara itu jumlah penderita depresi sebanyak 322 juta orang di seluruh dunia (4,4% dari populasi) dan hampir separuhnya berasal dari wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Depresi merupakan kontributor utama kematian akibat bunuh diri, yang mendekati 800.000 kejadian bunuh diri setiap tahunnya.

Hasil penelitian World Health Organization³ menunjukkan bahwa depresi dan kecemasan menyebabkan kerugian ekonomi global sebesar 1 triliun USD setiap tahunnya akibat hilangnya produktivitas sumberdaya manusia. Teori depresi yang digunakan adalah teori menurut Radloff bahwa depresi adalah gangguan mood yang ditandai dengan simtom-simtom seperti suasana hati yang dirasakan negatif, gejala psikologis yang berkaitan dengan keadaan tubuh, perasaan yang dirasa positif oleh individu, serta perasaan negatif yang dirasakan individu berkaitan dengan perilaku orang lain⁴.

Depresi dan gangguan suasana hati berhubungan dengan masalah kesehatan terbesar di dunia. Banyaknya tekanan kehidupan, stres interpersonal dan penolakan sosial, menjadi faktor risiko terbesar mengalami depresi. Depresi adalah suatu kondisi seseorang merasa sedih, kecewa saat mengalami suatu perubahan, kehilangan, kegagalan dan menjadi patologis ketika tidak mampu beradaptasi⁵.

Lebih dari 350 juta penduduk diseluruh dunia mengalami gangguan depresi. Satu dari empat wanita dan satu dari enam pria mengalami depresi selama hidup mereka, 65% memiliki episode berulang dari gangguan tersebut, sehingga depresi menjadi penyebab utama penyakit secara global⁵.

Gangguan depresif merupakan masalah kesehatan mental serius yang menjadi penyebab disabilitas keempat terbanyak di dunia. Prevalensi seumur hidup gangguan ini bervariasi di tiap negara berkisar antara 1,5%-19,0% dan lebih banyak terjadi pada wanita⁶.

Wanita berisiko dua kali lipat mengalami depresi dibanding dengan pria⁷. Hal ini sesuai dengan penelitian Albert dalam *Journal of Psychiatry and Neuroscience*⁸ diketahui bahwa depresi lebih banyak terjadi pada wanita. Hal ini karena pemicu depresi berbeda, dengan wanita lebih sering menunjukkan gejala internalisasi dan pria menunjukkan gejala eksternalisasi. Wanita juga mengalami bentuk spesifik dari penyakit terkait depresi, termasuk gangguan disforik premenstruasi, depresi pascamelahirkan dan depresi serta kecemasan pascamenopause, yang terkait dengan perubahan hormon ovarium dan dapat berkontribusi pada peningkatan prevalensi pada wanita.

Wanita memiliki kecenderungan hampir dua kali lipat lebih besar daripada pria untuk mengalami depresi mayor. Meski perbedaan hormonal atau perbedaan biologis lainnya yang terkait dengan gender kemungkinan berpengaruh, namun sebuah diskusi panel yang diselenggarakan oleh *American Psychological Association* (APA) menyatakan bahwa perbedaan gender sebagian besar disebabkan oleh lebih banyaknya jumlah stress yang dihadapi wanita dalam kehidupan. Diskusi panel tersebut menyimpulkan bahwa wanita lebih cenderung daripada pria untuk menghadapi faktor-faktor kehidupan yang penuh tekanan

seperti penganiayaan fisik dan seksual, kemiskinan, orang tua tunggal, dan diskriminasi gender. Pria dan wanita dengan gangguan tersebut tidak berbeda secara signifikan dalam hal kecenderungan untuk kambuh kembali, frekuensi kambuh, keparahan/durasi kambuh, atau jarak waktu untuk kambuh yang pertama kalinya⁵.

Berdasarkan hasil penelitian⁹ menunjukkan tingginya prevalensi gejala depresi pada masyarakat Indonesia (21,8%), bahkan lebih tinggi dibandingkan dengan negara tetangga maupun prevalensi depresi global yang berkisar 12,1% yang diukur dengan alat ukur serupa.

Dengan demikian isu kesehatan mental terutama terkait depresi pada wanita merupakan isu yang sangat penting dilakukan, dengan diagnosis dini untuk mencegah terjadinya depresi maupun manajemen wanita yang sudah terdiagnosis agar tidak semakin memperparah kondisinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui etiologi dan faktor risiko depresi pada wanita serta instrumen diagnosis depresi pada wanita.

METODE

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Penelitian ini dilakukan secara sistematis dengan mengikuti aturan proses literature review agar terhindar dari bias pemahaman yang bersifat subjektif dari peneliti. Adapun data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari database publikasi ilmiah baik nasional maupun internasional seperti Google scholar, Pubmed, PNRI, dan Scisearch. Adapun skema

pencarian jurnal artikel yang akan digunakan menggunakan diagram flowchart dengan menggunakan podoman dari PRISMA hal ini agar dapat memfilter jurnal yang akan direview.

Kriteria inklusi

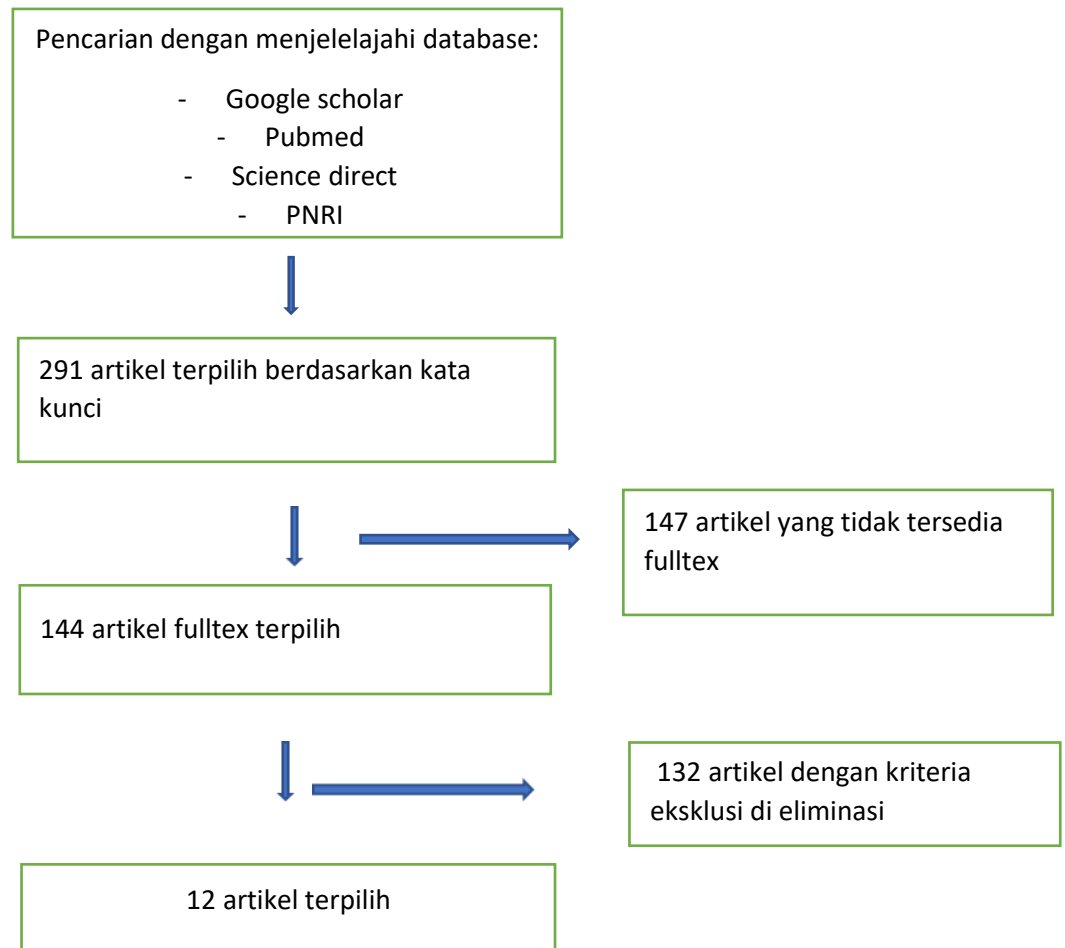
Kriteria inklusi dari artikel yang akan dibahas yaitu :

- a) Hasil penelitian / review tentang depresi dan dipublikasikan di jurnal dengan identitas jurnal valid serta berISSN
- b) Hasil penelitian / review fulltext yang membahas tentang depresi yang

terjadi pada wanita

- c) Hasil penelitian dipublikasikan dalam rentang tahun 2015 – 2022

Berdasarkan pencarian dengan menjelajahi database google scholar, pubmed, sciencedirect dan PNRI terdapat 291 Artikel terpilih yang sesuai dengan kata kunci. Selanjutnya dipilih sebanyak 147 artikel tidak tersedia dalam bentuk fulltext serta Terdapat 127 artikel dengan kriteria eksklusi di eliminasi. Dengan demikian total sebanyak 17 artikel yang terpilih untuk direview.



Gambar 1. Diagram PRISMA flowchart

HASIL

Pencarian artikel pada database Google scholar, PNRI (Perpustakaan Nasional Republik Indonesia), Pubmed, dan Sciencedirect dengan menggunakan kata kunci yaitu gangguan mental, depresi pada wanita, *mental health*, *depression* didapatkan artikel yang sesuai dengan kata kunci pencarian sebanyak 291. Setelah itu artikel diseleksi berdasarkan kelengkapan dan duplikasi disetiap artikel yang telah didapatkan. Pada proses tersebut sebanyak 147 artikel yang diseleksi kembali berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga didapatkan 12 artikel yang memenuhi kriteria untuk direview.

PEMBAHASAN

Definisi Depresi

Depresi merupakan sebuah penyakit yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan dan kehilangan minat terhadap kegiatan-kegiatan yang biasanya dilakukan dengan senang hati. Tanda berikutnya adalah berhenti menjalankan kegiatan yang biasa dilakukan sehari-hari setidaknya selama dua minggu¹⁰. Menurut Rice PL¹¹ depresi adalah gangguan mood, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Pada umumnya mood yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan.

Hal senada disampaikan oleh Gerald C. Davison dalam¹¹ depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat, perasaan tidak

berarti dan bersalah (menarik diri, tidak dapat tidur, kehilangan selera, minat dalam aktivitas sehari-hari). Depresi merupakan penyakit umum di dunia. Depresi ditandai dengan kesedihan, kehilangan minat atau kesenangan, perasaan bersalah atau harga diri rendah, gangguan tidur atau nafsu makan, dan konsentrasi yang buruk².

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.02.02/Menkes/73/2015 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Jiwa Episode depresi dapat berdiri sendiri atau menjadi bagian dari gangguan bipolar. Jika berdiri sendiri disebut Depresi Unipolar¹².

Kriteria diagnosis depresi menurut PPDGJ III¹³ meliputi gejala utama pada derajat ringan, sedang dan berat, yaitu afek depresi, kehilangan minat dan kegembiraan, dan berkurangnya energi yang menuju meningkatnya keadaan yang mudah lelah (rasa lelah meskipun bukan karena kerja berat) dan menurunnya aktivitas. Sedangkan gejala penyerta lainnya yaitu konsentrasi dan perhatian berkurang, harga diri dan kepercayaan diri berkurang, gagasan tentang rasa bersalah dan tidak berguna, pandangan masa depan yang suram dan pesimistis, gagasan atau perbuatan membahayakan diri atau bunuh diri, tidur terganggu, dan nafsu makan berkurang

Etiologi Depresi dan Faktor Risiko:

Berbagai faktor fisiologis dan psikososial diteliti dapat menjadi penyebab dari depresi¹⁴. Beberapa hal yang diduga menjadi etiologi depresi menurut¹⁵ dan¹⁶ yaitu :

a. Faktor Biologis

Penderita gangguan depresi menunjukkan berbagai macam abnormalitas metabolisme pada darah, urin dan cairan serebromunal.

b. Faktor Genetik

Faktor genetik merupakan faktor yang signifikan sebagai penyebab timbulnya depresi. Penelitian menunjukkan bahwa keluarga generasi pertama mempunyai risiko delapan sampai 18 kali lebih banyak dibandingkan kontrol subyek normal oleh penderita depresi pada kembar homozigot untuk dapat terkena depresi sekitar 50% sedangkan untuk kembar dizigot 10-25%.

c. Faktor Psikososial

1) Peristiwa Kehidupan dan Stres Lingkungan Stres dalam kehidupan dapat menimbulkan episode depresi pertama kali dan mempengaruhi neurotrasmismiter dan sistem intra neuron untuk jangka lama dan menetap. Dengan dampak stress dalam kehidupan memegang peran penting dalam hubungannya dengan onset depresi.

2) Faktor Kepribadian Pramorbid Semua orang dengan berbagai pola kepribadian yang mempunyai resiko tinggi untuk menderita depresi adalah kepribadian dependen, histerionik dan obsesif-kompulsif.

3) Faktor Psikoanalisis dan Psikodinamika

Kaplan dalam¹⁵ menyampaikan bahwa depresi merupakan emosi yang timbul dari tekanan

kedalam ego antara aspirasi dan realita. Pada saat menyadari segala sesuatu tidak sesuai yang diharapkan maka akan merasa tidak berdaya dan tidak berguna.

Instrumen Diagnosis Depresi Pada Wanita¹⁴

Beberapa instrumen untuk menegakkan diagnosis depresi pada wanita sama dengan instrumen deteksi depresi pada umumnya yaitu:

1. Schedule of Affective Disorders and Schizophrenia (SADS)

SADS terdiri dari beberapa pertanyaan terbuka yang berkaitan dengan gejala dengan penjadikan untuk pertanyaan berikutnya. Terdapat 11 gejala depresif dalam delapan kategori yaitu gangguan makan, gangguan tidur, kelelahan, kurang semangat, perasaan bersalah, gangguan konsentrasi, keinginan bunuh diri, dan gangguan motorik. Setiap gejala tersebut diberi skor 1-6 oleh pemeriksa dengan skor minimal 3 (ringan) pada setiap gejalanya. Gejala tersebut harus minimal terjadi selama 2 minggu.

2. Structured Clinical Interview for DSM-IV-R

(SCID) SCID merupakan wawancara berbasis klinis yang menggabungkan kriteria diagnosis DSM-IV dan memiliki versi berbeda yang digunakan untuk pasien rawat inap, rawat jalan, hingga yang bukan populasi klinis. Instrumen ini terdiri dari enam modul yang memerlukan 45-60 menit untuk melengkapinya.

3. Standard Psychiatric Interview (SPI)

SPI merupakan wawancara yang digunakan bukan untuk individu, namun survey komunitas. Instrumen ini terdiri dari 10 gejala psikiatrik.

4. **Present State Examination (PSE)**
PSE merupakan wawancara yang digunakan untuk mencari gejala yang terjadi 4 minggu sebelum dilakukan wawancara tersebut. Biasanya instrumen ini digunakan untuk studi dan penelitian mengenai depresi postpartum.
5. **Hamilton Rating Scale for Depression (HSRD)**
HSRD adalah instrumen untuk menilai keparahan depresi bagi pasien yang sudah terdiagnosa. Terdiri dari 17 gejala depresi dan sering digunakan pada beberapa literatur yang membahas depresi postpartum.
6. **Edinburgh Postnatal Depression Scale (EDPS)**
EDPS adalah instrument yang berupa kuisisioner 10 item yang mudah dijalankan, dan merupakan alat skrining yang efektif dan spesifik untuk menskrining depresi secara internasional. Dari 10 pertanyaan tersebut, masing-masing pertanyaan memiliki nilai 1-3, dengan skor total maksimal 30 poin. Jika seorang perempuan mendapatkan poin 10 atau lebih dan memiliki pikiran untuk membahayakan diri sendiri maupun oranglain, maka diperlukan wawancara lebih lanjut dengan psikiater untuk melihat gejala dan menentukan diagnosis.

SIMPULAN

Wanita memiliki kecenderungan mengalami gangguan mental depresi dua kali lipat lebih besar dari pada pria, sehingga penting untuk dilakukan diagnosis secara dini untuk mencegah maupun meminimalisir gejala yang ditimbulkan agar tidak lebih parah. Berbagai faktor risiko terjadinya depresi pada wanita diantaranya faktor biologis, faktor genetik dan psikososial. Instrumen yang dapat digunakan untuk skrining dalam penegakan diagnosis depresi diantaranya adalah Schedule of Affective Disorders and Schizophrenia (SADS), Structured Clinical Interview for DSM-IV-R, Standard Psychiatric Interview (SPI), Present State Examination (PSE), Hamilton Rating Scale for Depression (HSRD), dan Hamilton Rating Scale for Depression (HSRD).

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. (2017a). Depression and other common mental disorders: Global health estimates. Geneva: World Health Organization. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
2. World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: Global health estimates. Geneva: World Health Organization.
3. World Health Organization. (2019). Mental health in the workplace. Diunduh tanggal 31 Oktober 2022 dari https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/en/
4. Putri, Arimbi Kaniasih. (2012). Hubungan Antara Penerimaan Diri

- Dengan Depresi Pada Wanita Perimenopause. Skripsi thesis, Universitas Airlangga.
5. Hadi, Fitriwijayati, Usman & Rosyanti, 2017. Health Information Jurnal Penelitian: Gangguan Depresi Mayor: Mini Review. Volume 9, Nomor 1, Juni 2017.
6. Christian, J.S., Ratep, N., Westa, W. 2014. Episode Depresi Berat Dengan Gejala Psikotik Pada Wanita: Sebuah Laporan Kasus. Jurnal Medika Udayana Volume 3 nomor 6.
7. Kuehner, C.2016. Why is depression more common among women than among man? . Journal The Lancet Psychiatry Vol 4 Issue 2.
8. Albert, P.R. 2015. Why is depression more prevalent in women?. Journal of Psychiatry and Neuroscience Vol 40 No 4.
9. Peltzer, K.,& Pengpid, S.(2018). High prevalence of depressive symptoms in a national sample of adults in Indonesia: childhood adversity, sociodemographic factors and health risk behaviour. Asian Journal of Psychiatry, 33, 52-59. doi: 10.1016/j.ajp.2018.03.017.
10. Kementerian Kesehatan. (2022). Depresi. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infograhic-p2ptm/stroke/apa-itu-depresi>.
11. Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya
12. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.02.02/Menkes/73/2015 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Jiwa.
13. Direktorat Jenderal Pelayanan Medik Departemen Kesehatan. 1993. Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia (PPDGJ) III. Cetakan Pertama.
14. Sari, Retno Arienta. (2020). Literature Review: Depresi Postpartum. Jurnal Kesehatan, Volume 11, Nomor 1, hlm 167-174.
15. Robby, D.R. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Lipos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara. Journal of Social and Industrial Psychology. JSIP 2 (1).
16. Zainuddin, N.H, Ghazali,R., Mohamed, S.A (2021). Depresi Di Kalangan Wanita: Faktor Penyebab Dan Pencegahan. Journal of Engineering and Health Sciences Vol 5 2021: 112– 120