

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS NUSA CENDANA

Epafroditus Mangngi Kurnia Djungu, S.M.J Koamesah, Conrad Liab H.Folamauk

ABSTRAK

Memori merupakan kemampuan untuk menyimpan, mempertahankan, dan mengingat informasi dari pengalaman masa lalu pada otak manusia berperan dalam proses belajar. Banyak hal yang mempengaruhi memori jangka pendek seseorang, salah satunya adalah depresi. Survey *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 mencatat sekitar 300 juta orang terkena depresi atau setara dengan 4,4% dari populasi dunia. Dari data Riskesdas tahun 2018 prevalensi depresi di provinsi NTT 9%. Selain itu penelitian di FK Undana oleh Elisabeth F.S. Kedang tahun 2020 menunjukkan bahwa kategori depresi tertinggi adalah depresi ringan 30 responden (37,1%) dan terendah depresi sangat berat sebanyak 9 (11,1%). Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat depresi terhadap memori jangka pendek mahasiswa FK Undana. Metode penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang mempelajari hubungan antar variabel dimana observasi terhadap variabel dilakukan hanya sekali pada saat yang bersamaan yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Sampel penelitian ini berjumlah 76 orang orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian dari 76 responden diperoleh Tingkat Depresi terbanyak yaitu Depresi ringan 31 responden (40,8%), tidak depresi 27 responden (35,5%), Depresi sedang 10 responden (13,2%), Depresi sangat berat 5 responden (6,6%), dan Depresi berat 3 responden (3,9%) dan Memori Jangka Pendek baik sebanyak 69 (90,8%) responden dan buruk sebanyak 7 (9,2%) responden. Hasil uji analisis bivariat pada penelitian ini dengan uji *Somers'd* dan uji Regresi Linear Sederhana, hasil uji *Somers'd* didapatkan nilai $p = 0.027$ dan $r = 0,115$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dan kekuatan hubungan lemah antara kedua variabel dan Uji Regresi Linear Sederhana didapatkan nilai sig 0,018 serta $t_{hitung} > t_{tabel}$ yang berarti terdapat pengaruh tingkat depresi terhadap memori jangka pendek. Kesimpulan penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan hubungan sangat lemah, namun terdapat pengaruh antara tingkat depresi terhadap memori jangka pendek Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana

Kata kunci : Depresi, Memori Jangka Pendek, SMPT

Aspek kognitif sangat dibutuhkan dalam tumbuh kembang manusia salah satu yang terpenting adalah memori. Memori penting karena kehidupan manusia tidak terlepas dari proses belajar, namun hal ini tidak dapat berlangsung tanpa adanya memori. Memori merupakan kemampuan untuk menyimpan, mempertahankan, dan mengingat informasi dari pengalaman masa lalu pada otak manusia.⁽¹⁾ Penyimpanan informasi yang diperoleh dilakukan paling sedikit dalam dua cara, yaitu ingatan jangka-pendek dan ingatan jangka-

panjang.⁽²⁾ Ingatan yang berlangsung beberapa detik atau paling lama beberapa menit disebut memori jangka pendek, sedangkan ingatan yang berlangsung beberapa hari sampai beberapa minggu tetapi kemudian menghilang disebut memori jangka menengah, dan selain itu ingatan yang sekali disimpan dapat diingat kembali selama bertahun-tahun kemudian atau bahkan seumur hidup disebut memori jangka panjang. Memori jangka pendek dan jangka menengah akan menjadi memori jangka panjang jika jejak memori

memperoleh aktivitas secukupnya sehingga menjadi permanen.⁽³⁾ Aktivitas yang dimaksud ialah latihan atau daur-ulang informasi tersebut.⁽²⁾

Rentangan memori pada manusia sangat terbatas, berdasarkan penelitian eksperimental tentang memori jangka pendek awal tahun 1885 oleh Herman Ebbinghaus menunjukkan hasil memori jangka pendek yang dimiliki dirinya sendiri adalah 7 butir, dan dilanjutkan penelitian-penelitian lain yang membuktikan bahwa rentang memori jangka pendek manusia terbatas dan rata-rata mengingat tujuh item, lebih atau kurang 2 (7 ± 2).⁽⁴⁾ Memori jangka pendek sendiri dicirikan oleh kemampuan seseorang mengenai 7-10 angka dalam nomer telepon (atau 7 sampai 10 fakta jelas lainnya) selama beberapa detik sampai beberapa menit pada saat tersebut, tetapi hanya akan berlangsung selama seseorang terus memikirkan angka-angka atau fakta-fakta tersebut.⁽⁴⁾ Hal ini menunjukkan bahwa memori manusia sangat terbatas sehingga perlu di latih dan dihindarkan dari hal-hal yang dapat mempengaruhinya.

Banyak hal yang mempengaruhi memori jangka pendek seseorang, salah satunya adalah depresi. Depresi yang dirasakan yaitu mengalami mood yang tidak stabil yang dialami secara berkelanjutan selama beberapa waktu, sampai berminggu-minggu hingga berbulan-bulan. Selain mengalami mood yang naik turun, situasi depresi juga dapat mengakibatkan konsentrasi yang buruk, gangguan makan dan tidur, hingga dapat mempengaruhi fungsi kognitif dalam memproses informasi.⁽⁵⁾

Depresi adalah gangguan yang memiliki karakteristik gejala utama yaitu afek depresif, kehilangan minat, dan kegembiraan dan berkurangnya energi yang menuju meningkatnya keadaan mudah lelah dan menurunnya aktivitas. Selain itu gejala lainnya seperti konsentrasi dan perhatian berkurang, harga diri dan kepercayaan diri

berkurang, gagasan tentang rasa bersalah dan tidak berguna, pandangan masa depan suram dan pesimistis, gagasan atau perbuatan membahayakan diri atau bunuh diri, tidur terganggu, nafsu makan berkurang.⁽⁶⁾

Survey *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 mencatat sekitar 300 juta orang terkena depresi atau setara dengan 4,4% dari populasi dunia.^{(7),(8)} *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2020 depresi akan menjadi penyebab penyakit kedua di dunia setelah penyakit jantung.⁽⁸⁾

Hasil *Riset Kesehatan Dasar* pada tahun 2018, menunjukkan prevalensi depresi di Indonesia untuk usia diatas 15 tahun sebesar 6,1% dari populasi umum, dengan prevalensi depresi tertinggi sebesar 12,3% di provinsi Sulawesi Tengah, diikuti Provinsi Gorontalo sebesar 10,3% dan provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) masuk dalam tiga besar prevalensi depresi tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 9%.⁽¹⁰⁾ Dari data *Riskesdas* tahun 2013 dan 2018 terjadi peningkatan prevalensi depresi dan provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) juga mengalami peningkatan prevalensi depresi dari 7,8% menjadi 9%.⁽⁹⁾

Hasil *systematic review* dari tahun 1980-2010 yang dilakukan oleh Ibrahim, Kelly, Adams dan Glazebrook menemukan rata-rata prevalensi depresi pada kalangan mahasiswa secara umum sebesar 30,6%.⁽¹¹⁾ Adapun penelitian yang dilakukan oleh Thomas Schwenk pada mahasiswa kedokteran di Universitas Michigan America pada tahun 2010 menunjukkan 53% mahasiswa kedokteran mengalami gejala depresi level tinggi.⁽¹²⁾ Penelitian lain yang dilakukan Fuad pada tahun 2015 melaporkan bahwa tingkat stress, ansietas dan depresi pada mahasiswa kedokteran preklinik di Universitas Putra Malaysia, secara berturut-turut adalah 16,9%, 52% dan 24,4%.⁽¹³⁾

Penelitian lain yang dilakukan Henry Hadianto tahun 2014, menyatakan bahwa prevalensi depresi pada mahasiswa kedokteran Universitas Tanjungpura sebesar 30,8%.⁽¹⁶⁾ Berdasarkan hasil Penelitian yang dilakukan Rini Riana Nenobesi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Nusa Cendana pada tahun 2018 menunjukkan tingkat depresi mahasiswa yang memiliki hasil normal sebanyak 34 orang (22,2%), yang mengalami depresi ringan sebanyak 52 orang (34%), yang mengalami depresi sedang sebanyak 24 orang (15,7%), yang mengalami depresi berat sebanyak 28 orang (18,3%) dan yang mengalami depresi sangat berat sebanyak 15 orang (9,8%).⁽¹⁷⁾ Selain itu penelitian yang dilakukan Elisabeth Flora Sabu Kedang pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Nusa Cendana pada tahun 2020 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan kejadian depresi, kategori depresi ringan sebanyak 30 responden (37,1%), depresi sedang sebanyak 15 responden (18,5%), responden dengan kategori depresi berat sebanyak 27 responden (33,3) dan depresi sangat berat sebanyak 9 responden (11,1%).⁽¹⁸⁾

Tingkat depresi yang cukup merata tersebut dapat mempengaruhi fungsi kognitif dalam hal ini memori. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Ratna Putri pada siswa MTS Negeri Kota Batu dengan hasil analisis regresi didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.030, dimana jika terdapat nilai signifikansi <0.05 dan ditambah dengan nilai f hitung sebesar $4.971 > f_{tabel} 4.03$, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara depresi dengan kemampuan memori jangka pendek⁽⁵⁾. Selain itu penelitian oleh Joelle LeMoult dan Ian H. Gotlib tentang *Depression: A cognitive perspective* menyatakan bahwa depresi berkaitan dengan defisit fungsi kognitif dibuktikan dengan kesulitan dalam melakukan fungsi eksekutif, memori kerja, dan kecepatan memproses, Beberapa tanda defisit kognitif juga tercermin dalam gejala depresi⁽¹⁹⁾.

Namun penelitian oleh Šinkariova Liuda dari Universitas Nasional Irlandia Utara pada pasien penyakit jantung sistemik (IHD) di Rumah Sakit Rehabilitasi Abromiskes (Lithuania) periode 2014-2016 tahun 2018 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat depresi dan memori pasien IHD⁽²⁰⁾.

Berdasarkan uraian diatas, maka apabila tingkat depresi tinggi tentunya juga akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologi termasuk daya ingat (memori) mahasiswa, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Hubungan Tingkat Depresi terhadap Memori Jangka Pendek Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana".

METODE PENELITIAN

Lokasi penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Pengambilan data pada responden dilakukan secara *online* menggunakan aplikasi yang bisa diakses oleh responden dari tempat kediaman masing-masing. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2020. Berdasarkan pengambilan data yang dilakukan peneliti, keadaan mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana berjumlah 221 mahasiswa. Penelitian ini mengambil sampel berjumlah 20 orang dari angkatan 2019, 29 orang dari Angkatan 2018, dan 27 orang dari angkatan 2017 di fase preklinik Fakultas di Universitas Nusa Cendana.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang mempelajari hubungan antar variabel independen dan dengan variabel dependen dimana observasi terhadap variabel independen dan variabel dependen dilakukan hanya sekali pada saat yang bersamaan yang dilakukan di mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Depresi terhadap Memori Jangka Pendek

Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

Teknik Jenis pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* dengan jumlah responden 76 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Somer's d*.

Variable bebas dalam penelitian ini adalah Tingkat Depresi, dan variabel terikat pada penelitian ini adalah Memori Jangka Pendek.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	f(x)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
• Laki-laki	23	30,3
• Perempuan	53	69,7
Umur		
• 18	8	10,5
• 19	27	35,5
• 20	16	21,1
• 21	17	22,4
• 22	8	10,5
Angkatan		
• 2017	27	35,5
• 2018	29	38,1
• 2019	20	26,4
IPK		
• <3,00	3	3,9
• >3,00	73	96,1
n=76		

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa jumlah responden perempuan sebanyak 53 responden (69,7%) dan jumlah responden laki-laki sebanyak 23 responden (30,3%). Responden pada penelitian ini paling banyak berumur 19 tahun sebanyak 27 responden (35,5%) dan jumlah responden paling sedikit berumur 18 tahun dan 22 tahun sebanyak 8

responden (10,5%). Sebagian besar responden berasal dari Angkatan 2018 sebanyak 29 responden (38,1%), angkatan 2017 sebanyak 27 responden (35,5%), dan angkatan 2019 sebanyak 20 responden (26,4%). IPK responden sebagian besar >3,00 sebanyak 73 responden (96,1%) dan <3,00 sebanyak 3 responden (3,9%).

Tabel 2. Gambaran Tingkat Depresi

Variabel	f(x)	Persentase (%)
Tidak Depresi	27	35,5
Depresi Ringan	31	40,8
Depresi Sedang	10	13,2
Depresi Berat	3	3,9
Depresi Sangat Berat	5	6,6
n=76		

Berdasarkan tabel 2 di atas, dapat diketahui bahwa Tingkat Depresi terbanyak yaitu Depresi ringan sebanyak 31 responden (40,8%), Tidak depresi 27 responden (35,5%), Depresi sedang 10 responden (13,2%), Depresi sangat berat 5 responden (6,6%), dan Depresi berat 3 responden (3,9%).

Tabel 3. Gambaran Memori Jangka Pendek

Variabel	f(x)	Persentase (%)
Baik	69	90,8
Buruk	7	9,2
n=76		

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa Memori jangka pendek terbanyak yaitu baik sebanyak 69 (90,8%) responden dan buruk sebanyak 7 (9,2%) responden.

Tabel 4. Gambaran Uji Bivariat

Tingkat Depresi	Memori Jangka Pendek				Total	Nilai p	Nilai r
	Baik		Buruk				
	N	%	N	%			
Normal	27	39,1	0	0,0	27(35,5%)	0,027	0,115
Ringan	27	39,1	4	51,7	31(40,8%)		
Sedang	9	13,2	1	14,3	10(13,2%)		
Berat	3	4,3	0	0,0	3(3,9%)		
Sangat berat	3	4,3	2	28,6	5(6,6%)		
Total	69	100	7	100	44(100%)		

Analisis bivariat dengan uji *Somer's d* dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat depresi dengan memori jangka pendek diperoleh hasil $p = 0,027$ dan $r = 0,115$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan hubungan juga sangat lemah antara tingkat depresi dengan memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

Analisis bivariat dengan menggunakan uji regresi linier sederhana dilakukan untuk mengetahui pengaruh antar variabel tingkat depresi terhadap variabel memori jangka pendek diperoleh nilai signifikansi $0,018 < 0,05$ dengan ditambah dengan nilai $T_{hitung} = -2,428 > T_{tabel} = 1,99925$, sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh depresi terhadap memori. Hasil nilai konsisten variabel memori adalah sebesar 2,053 dan Nilai koefisien regresi x sebesar (-0,71) sehingga disimpulkan bahwa jika depresi bertambah 1% maka memori akan berkurang sebesar 0,71. Koefisien regresi tersebut bernilai negatif ini dapat disimpulkan bahwa arah pengaruh variabel depresi terhadap memori adalah negative. Dari uji ini juga dijelaskan besarnya nilai korelasi atau hubungan R yaitu sebesar 0,272. Dari tabel tersebut diperoleh

koefisien determinasi/R square sebesar 0,074 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (depresi) terhadap variabel terikat (memori) adalah sebesar 7,4 %.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa sebanyak 5 orang (6,6%) depresi sangat berat, 3 orang (3,3%) depresi berat, 10 orang (13,2%) depresi sedang, 31 orang (40,8%) depresi ringan, dan 27 orang (35,5%) tidak depresi. Hasil ini sejalan dengan penelitian penelitian yang dilakukan oleh Elisabeth Flora Sabu Kedang (2020) menunjukkan bahwa reponden terbanyak memiliki tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 30 responden (37,1%).⁽¹⁸⁾ Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa kedokteran memiliki banyaknya materi yang harus dikuasai dan waktu malam yang lebih berat akibat adanya tuntutan untuk menyelesaikan tugas presentasi, mencari bahan tutorial, serta adanya ujian blok dan kegiatan ekstrakurikuler lainnya yang harus mereka selesaikan dalam periode waktu terbatas, ditambah lagi lingkungan belajar yang kompetitif hal ini sejalan dengan Andria Novia Sari, dkk (2017) yang menyatakan

bahwa mahasiswa kedokteran banyak ditemukan mengalami masalah kejiwaan seperti gangguan depresi dan gangguan cemas akibat stresor yang tinggi.⁽²¹⁾ Faktor-faktor diluar pendidikan baik dari individu maupun lingkungan keluarga juga berpengaruh bagi mahasiswa. Hal ini didukung oleh penelitian Lubis (2009) yang menyatakan bahwa Depresi pada mahasiswa dapat terjadi saat mahasiswa mengalami pengalaman menyedihkan, stres dan perubahan hormonal.⁽¹⁴⁾

Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki memori jangka pendek yang baik, yaitu sebanyak 69 (90,8%) responden. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Widyarti Benu dkk (2020) dimana dari 70 responden memiliki memori jangka pendek tingkat sedang dengan rerata nilai digit span 11,4.⁽⁴⁾ Hasil ini dipengaruhi oleh berapa faktor salah satunya kurikulum. Fakultas Kedokteran sendiri menerapkan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK), menekankan pada *student-centered learning* dan *problem-based learning*, dimana dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan sekitar mahasiswa, mereka diharapkan dapat memecahkan suatu masalah.⁽²²⁾ Dengan demikian, secara tidak langsung mahasiswa kedokteran dituntut untuk lebih banyak membaca literatur dibandingkan mahasiswa program studi lainnya. Pernyataan ini didukung oleh Bernardo Álvarez (2016) yang mengemukakan bahwa kebiasaan membaca buku dapat meningkatkan memori deklaratif, yakni ingatan tentang informasi faktual seperti nama, wajah, tanggal, dan fakta.⁽²³⁾

Faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini adalah intelegensi atau kecerdasan. Hal ini didukung dengan data mengenai IPK yang dimiliki oleh mahasiswa dimana rata-rata mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana memiliki predikat IPK sangat memuaskan sehingga dapat berpengaruh terhadap skor scenery picture memory test.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hilda Febrianti (2018) dengan judul Hubungan Antara Intelligence Quotient (IQ) dengan Kemampuan Memori Jangka Pendek pada Remaja. Dari hasil penelitian tersebut dikemukakan bahwa memori jangka pendek dan IQ memiliki hubungan yang positif, dimana anak yang memiliki kemampuan memori jangka pendek yang baik dan IQ yang normal lebih mampu menyelesaikan tugasnya dibandingkan dengan anak yang memiliki kemampuan memori jangka pendek dan IQ yang rendah.⁽²⁴⁾ Memori jangka pendek juga dapat dipengaruhi oleh usia, Fandakova et al (2014) mengemukakan bahwa memori jangka pendek meningkat selama anak-anak hingga remaja dan menurun pada usia tua.⁽²⁵⁾

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat depresi memiliki korelasi positif signifikan berkekuatan lemah dengan memori jangka pendek, dengan koefisien signifikansi sebesar 0,027 dan koefisien korelasi 0,115, sehingga hipotesis penelitian mengenai hubungan antara tingkat depresi dengan memori jangka pendek diterima. Dari analisis bivariat yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh tingkat depresi terhadap memori jangka pendek didapatkan hasil nilai signifikansi $0,018 < 0,05$ dengan ditambah dengan nilai $T_{hitung} = -2,428 > T_{tabel} = 1,99925$, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh depresi terhadap memori jangka pendek. Hal ini juga sejalan dengan penelitian oleh Dwi Ratna Putri (2018) pada siswa MTS Negeri Kota Batu yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara depresi dengan kemampuan memori jangka pendek dengan nilai signifikansi sebesar $0,030 < 0,05$ ditambah dengan nilai $F_{hitung} 4,971 > F_{tabel} 4,03$.⁽⁵⁾ Namun Hal ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Šinkariova Liuda (2018) dengan hasil tidak mengkonfirmasi bahwa depresi berkorelasi dengan kecerdasan dan memori jangka pendek. Meskipun demikian, pasien IHD dengan kemampuan umum dan visual

yang lebih tinggi secara signifikan kurang cemas di awal dan di akhir rehabilitasi. Hubungan negatif antara ingatan jangka pendek dan kecemasan adalah signifikan pada akhir rehabilitasi.⁽²⁰⁾

Hasil penelitian yang berbeda dengan penelitian Sinkariova Liuda tahun 2018 pada pasien IHD dapat disebabkan oleh perbedaan metode penelitian dimana pada penelitian ini sampelnya adalah mahasiswa sedangkan pada penelitian oleh Sinkariova Liuda pada pasien IHD. Selain perbedaan sampel, juga terdapat perbedaan pengambilan data dimana pada penelitian oleh Sinkariova Liuda ini dilakukan pengambilan data dua kali pada awal dan akhir masa rehabilitasi sedangkan penelitian ini melakukan pengambilan data satu kali.

Terdapat beberapa hal yang dapat menyebabkan antar variabel memiliki hubungan lemah, dimana peneliti tidak mengukur faktor-faktor lain yang mempengaruhi memori seperti stimulasi, nutrisi, aktivitas fisik dan kualitas tidur.^(1,4)

KESIMPULAN

1. Mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana yang memiliki Tingkat depresi sangat berat berjumlah 5 orang (6,6%), depresi berat berjumlah 3 orang (3,9%), depresi sedang berjumlah 10 orang (13,2%), depresi ringan berjumlah 31 orang (40,8%), dan tidak depresi 27 orang (35,5%).
2. Mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana yang memiliki memori jangka pendek baik berjumlah 67 orang (90,8%) sedangkan mahasiswa yang memiliki memori jangka pendek buruk berjumlah 7 orang (9,2%).

3. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan memori jangka pendek pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

SARAN

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi memori jangka pendek seperti nutrisi, kualitas tidur, dan aktivitas fisik; Peneliti selanjutnya mengambil sampel penelitian dari mahasiswa program studi lain dan tidak hanya terbatas dalam ruang lingkup mahasiswa kedokteran; Mempertimbangkan menggunakan desain penelitian lain sesuai dengan tujuan penelitian penelitian.
2. Bagi responden mahasiswa disarankan untuk belajar manajemen stress dengan cara menghadapi dan menyelesaikan masalah dengan baik, menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, ikut serta dalam berbagai kegiatan seperti kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan di luar jam kuliah dan meluangkan waktu untuk bersantai agar tidak berujung pada depresi.
3. Bagi Fakultas dan Universitas disarankan agar dipertimbangkan untuk dilakukan psiko test saat penerimaan mahasiswa baru.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yusdiyanti D. Pengaruh Brain Training Terhadap Memori Diukur dengan Scenery Picture Memory Test. Universitas Diponegoro; 2016.
2. Sherwood L. Fisiologi Manusia: dari Sel ke Sistem. 8th ed. Ong HO,

- Mahode AA, Ramadhani D, editors. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2014.
3. Guyton, A. C., Hall, J. E. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 12. Jakarta : EGC, 1022; 2014.
 4. Benu WH. Hubungan Kualitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.2020
 5. Putri DR. Pengaruh Tingkat Depresi terhadap Kemampuan Memori Jangka Pendek pada Remaja[SKIPSI].Malang: Universitas Muhammadiyah.2018
 6. Gejala Depresi, Diagnosa Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas Dari PPDGJ-III edisi kedua.
 7. World Health Organization. Depression and Other Common Mental Disorders [internet]. 2017 [cited 2019 April 20]. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf&ved>
 8. World Health Organization. Depression [internet]. 2018 [cited 2019 Mei 20]. Availablefrom: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/depression.html>.
 9. Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar: RISKESDAS*.Jakarta: 2013. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
 10. Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar: RISKESDAS*.Jakarta: 2018. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
 11. Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 2013. 47(3), 391– 400. <http://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.11.015>
 12. Devi S. Doctor in distress. World Report. 2011 [cited April 2019] 377:454-55. Available from: www.thelancet.com
 13. Fuad MDF, Lye MS, Ibrahim N, Ismail SIF, Kar PC. Prevalence and risk factors of stress, anxiety and depression among preclinical medical students in Universiti Putra Malaysia in 2014. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*. 2015; 7(1):1-12
 14. Lubis, N. L. Depresi: Tinjauan psikologis. Jakarta: Kencana Prenada Media Group. 2009.
 15. Oktaviano, CAR. Hubungan Tingkat Depresi Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Dan Perencanaan Universitas Trisakti.Program Pendidikan Sarjana Kedokteran: Universitas Trisakti; 2016.
 16. Hadianto H. Prevalensi dan faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan tingkat gejala depresi pada

- mahasiswa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Tanjungpura. Pontianak: Universitas Tanjungpura; 2014.
17. Nenobesi RR. Hubungan Tingkat Kuliah dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Semester Ganjil Tahun Akademik 2017/2018.2018;94-100
 18. Kedang EFS. Analisis Faktor Resiko yang mempengaruhi kejadian Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.2020
 19. LeMoult, J., Clinical Psychology review (2018), [https:// doi.org/ 10.1016/j.cpr.2018.06.008](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.06.008)
 20. Šinkariova, Liuda, et al. "Does intelligence and memory associate with anxiety and depression in the sample of IHD patient's ?." EHPS 2018: 32nd conference of Health psychology across the lifespan: uniting research, practice and policy, 21-25 August 2018, Galway Ireland: conference abstracts. Galway: National University of Ireland,2018. 2018.
 21. Sari, Andria Novita, Rasmi Zakiah Oktarlina, and Tendry Septa. "Masalah kesehatan jiwa pada mahasiswa kedokteran." Jurnal Medula 7.4 (2017): 82-87.
 22. Fitri AD. Penerapan Problem Based Learning (PBL) dalam Kurikulum Berbasis Kompetensi. JMJ. 2016;4(1):95–100.
 23. Álvarez B. The Relationship of Self-Reported Reading Habits and Declarative Memory. Spring. 2016
 24. Febrianti H. Hubungan Antara Intelligence Quotient (IQ) dengan Kemampuan Memori Jangka Pendek pada Remaja. Universitas Muhammadiyah Malang; 2018.
 25. Fandakova et al. Age differences in short-term memory binding are related to working memory performance across the lifespan. Psychol Aging. 2014;29(01):140-9