

HUBUNGAN DEPRESI DENGAN INDEKS PRESTASI KUMULATIF (IPK) PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI ARSITEKTUR

Cydri Anggreny Rade Dendo Ngara, Anita Lidesna Shinta Amat, Derri Tallo Manafe
S. M. J Koamesah

ABSTRAK

Tuntutan akademik yang tinggi berupa tugas-tugas yang banyak dan *deadline* yang singkat dapat menyebabkan depresi pada mahasiswa Arsitektur. Depresi tersebut dapat menyebabkan gangguan dalam pengolahan informasi sehingga dapat mengakibatkan kesulitan dalam proses belajar dan pelaksanaan tugas akademik. Kesulitan dalam proses belajar tersebut dapat mempengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan depresi dengan Indeks Prestasi Kumulatif. Metode yang digunakan adalah analitikal observasional dengan rancangan *cross sectional* pada mahasiswa Arsitektur UNDANA yang dilakukan dengan pengisian kuesioner BDI II dan data sekunder diperoleh melalui nilai IPK terakhir mahasiswa Arsitektur UNDANA yaitu angkatan 2016, 2017, 2018, dan 2019. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* dengan jumlah 154 orang yang memenuhi kriteria inklusi,eksklusi dan dropout. Penelitian ini dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *somer'd*. Hasil dari 154 responden, kategori normal sebanyak 24 orang (15,6 %), depresi ringan sebanyak 41 orang (26,6%), depresi sedang sebanyak 59 orang (38,3%) dan depresi berat sebanyak 30 orang (19,5%). Hasil uji analisis bivariat pada penelitian ini diperoleh hasil $p = 0,847$ ($p > 0,05$). Kesimpulan penelitian ini tidak ada hubungan antara depresi dengan IPK pada mahasiswa Arsitektur UNDANA

Kata kunci : Depresi, IPK, dan mahasiswa Arsitektur

Depresi merupakan gangguan yang seringkali tidak disadari baik oleh penderita maupun orang-orang di sekitarnya. Menurut Pradana tahun 2016 dikatakan depresi disebut juga sebagai gangguan yang tak terlihat atau *invisible disease* atau tidak seperti penyakit lain yang dapat disadari. Bahkan banyak orang yang sering menganggap gangguan depresi adalah masalah yang berkaitan dengan keimanan seseorang saja dan tidak dianggap sebagai gangguan psikologis yang memerlukan pertolongan profesional dalam bidang tersebut.¹

Tahun 2017 *World Health Organization* (WHO) mencatat depresi menduduki peringkat ke empat penyakit di dunia atau sekitar 300 juta dari total populasi dengan 27% atau sekitar 85,67 juta orang berasal dari Asia pasifik.^{2,3} WHO memperkirakan bahwa pada tahun 2020

depresi akan menjadi penyebab kedua masalah kesehatan dunia setelah penyakit jantung.² Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, 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) sebesar 8,6%.⁴

Mahasiswa yang termasuk kalangan berusia 15 tahun ke atas, juga tak luput dari depresi. Menurut survei dari *American College Health Association* (ACHA) dan *National College Health Assessment* (NCHA) pada tahun 2007, depresi merupakan salah satu dari empat masalah utama kesehatan yang sering terjadi pada mahasiswa.⁵ Salah satu program studi dengan mahasiswa yang rentan depresi

adalah Arsitektur. Menurut *Architecture Journal survey* tahun 2016 didapatkan 26% mahasiswa Arsitektur di Inggris mengalami depresi.⁶

Depresi pada mahasiswa dipengaruhi oleh stres akademik. Menurut Olejnik dan Holschuh tahun 2007 stres akademik merupakan suatu respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan individu. Menurut Carveth dkk stres akademik juga diartikan sebagai persepsi individu terhadap banyaknya pengetahuan yang harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkan pengetahuan yang harus dikuasai tersebut.^{7,8}

Depresi melibatkan beberapa gangguan dalam pengolahan informasi seperti perhatian, konsentrasi, persepsi, memori, penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik. Terganggunya proses-proses tersebut dapat mengakibatkan kesulitan dalam proses belajar, pemahaman materi dan pelaksanaan tugas sehingga IPK dapat menurun.⁷

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang

“Hubungan Depresi Dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Pada Mahasiswa Program Studi Arsitektur”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional menggunakan jenis penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Program studi Arsitektur Universitas Nusa Cendana pada Oktober sampai dengan November 2020. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *probability sampling* yaitu *stratified random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswa program studi Arsitektur angkatan 2019, 2018, 2017 dan 2016. Besar sampel dihitung menggunakan rumus rumus sampel untuk perkiraan proporsi dengan jumlah populasi terbatas untuk rancangan *cross sectional*.

Data depresi diukur menggunakan kuesioner The BDI II, data karakteristik responden diambil dari kuesioner data diri responden dan dan IPK diambil dari kuesioner data diri responden dan dicocokkan dengan KHS responden. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi *some'r d*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Variabel	Frekuensi f(x)= 154	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	• Laki-laki	90	58,4
	• Perempuan	64	41,6
2.	Tempat Tinggal		
	• Orangtua	55	35,7
	• Kos/kontrakan	78	50,6
	• Asrama	2	1,3
	• Wali	19	12,3
3.	Dukungan sosial (keluarga teman dan lingkungan sekitar) terhadap proses belajar		

	• Ya	149	96,8
	• Tidak	5	3,2
4.	Motivasi memilih jurusan Arsitektur		
	• Keinginan sendiri	139	90,3
	• Keinginan orang lain	15	9,7

Berdasarkan tabel 4, karakteristik reponden berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 90 orang (58,4%), perempuan sebanyak 64 orang (41,6%) sehingga responden dalam penelitian ini didominasi oleh laki-laki. Karakteristik responden berdasarkan tempat tinggal bersama orang tua sebanyak 55 orang (35,7%), kos/kontrakan sebanyak 78 orang (50,6%), asrama sebanyak 2 (1,3%), wali sebanyak 19 (12,3%) sehingga responden dalam penelitian ini didominasi oleh yang bertempat tinggal di kos/kontrakan. Karakteristik responden berdasarkan ada tidaknya dukungan sosial terhadap proses belajar didapatkan 149 (96,8%) memiliki dukungan sosial sedangkan 5 (3,2%) tidak memiliki dukungan sosial sehingga rata-rata memiliki dukungan sosial terhadap proses belajar. Karakteristik responden berdasarkan asal motivasi memilih jurusan Arsitektur yaitu keinginan sendiri sebanyak 139 (90,3%) sedangkan 15 (9,7%) yaitu keinginan orang lain sehingga rata-rata asal motivasi masuk jurusan Arsitektur atas keinginan sendiri.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Depresi Mahasiswa

No	Depresi	Frekuensi f(x)	Persentase (%)
1.	Normal	24	15,6
2.	Ringan	41	26,6
3.	Sedang	59	38,3
4.	Berat	30	19,5

Pengambilan data primer pada mahasiswa program studi Arsitektur Universitas Nusa Cendana dengan kuesioner The BDI II diperoleh hasil bahwa sebanyak 24 (15,6%) responden adalah

kategori normal, 41 (26,6%) adalah depresi ringan, 59 (38,3%) adalah depresi sedang dan 30 (19,5%) adalah depresi berat sehingga derajat depresi didominasi oleh depresi sedang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Indeks Prestasi Kumulatif

No	Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	Frekuensi f(x)	Persentase (%)
1.	Dengan Pujian (3,51-4,00)	3	1,9
2.	Sangat memuaskan (2,76-3,50)	114	74,0
3.	Memuaskan (2,00-2,75)	37	24,0

IPK diperoleh dengan melakukan pengambilan data sekunder pada responden dan dicocokkan dengan data KHS dari responden. Pada penelitian ini, prestasi akademik mahasiswa program studi Arsitektur Universitas Nusa Cendana yang paling banyak adalah kategori sangat memuaskan dengan jumlah mahasiswa 114 orang (74,0%), selanjutnya kategori memuaskan sejumlah 37 orang (24,0%), diikuti kategori dengan pujian sejumlah 3 orang (1,9%). Hal ini menunjukkan bahwa rerata mahasiswa program studi Arsitektur memiliki kategori IPK yang baik.

Tabel 4. Analisis Hubungan Depresi dengan IPK

Depresi	Kategori Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)						p
	Dengan pujian		Sangat Memuaskan		Memuaskan		
	f(x)	%	f(x)	%	f(x)	%	
Normal	1	33	13	11	10	27	
Depresi ringan	1	33	33	29	7	19	
Depresi sedang	0	0	49	43	10	27	
Depresi berat	1	33	19	17	10	27	0,847
Total	3	100	114	100	37	100	

Analisis bivariat dengan uji *somer'd* dengan taraf kepercayaan $p < 0,05$ dilakukan untuk mengetahui hubungan antara depresi dengan IPK, diperoleh $p = 0,847$ dimana $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara depresi dengan IPK pada mahasiswa program studi Arsitektur Universitas Nusa Cendana.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 24 (15,6 %) responden normal, 41 (26,6 %) memiliki gejala depresi ringan, 59 (38,3 %) memiliki gejala depresi sedang dan 30 (19,5 %) memiliki gejala depresi berat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviano tahun 2016 pada 50 mahasiswa Fakultas Teknik dan Perencanaan dimana ditemukan hampir sebagian sampel atau 24 (48%) mengalami depresi.⁹ Banyaknya depresi dapat disebabkan karena mahasiswa Arsitektur dilaporkan menghabiskan waktu berjam-jam dalam seminggu untuk mengerjakan tugas mereka dibandingkan jurusan lain.¹⁰

Depresi berat yang teridentifikasi pada penelitian ini jika dibandingkan dengan jumlah depresi berat pada mahasiswa kedokteran tahun 2020. Didapatkan perbedaan yang cukup besar yaitu 4:30. Perbedaan jumlah penderita depresi pada penelitian ini dapat menggambarkan bahwa stresor yang dialami mahasiswa Arsitektur cukup besar. Namun hal ini juga dapat terjadi karena perbedaan kuesioner *screening* depresi dan jumlah sampel penelitian.¹¹

Kondisi depresi yang tinggi berbanding lurus dengan distribusi IPK responden. Dari distribusi IPK yang diraih oleh 154 responden yaitu, 3 responden (1,9%) berada pada kategori dengan pujian, 114 responden (74,0%) berada pada kategori sangat memuaskan dan 37 (24,0%) pada kategori memuaskan. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa program studi Arsitektur memiliki prestasi akademik yang baik karena hanya 37 (24,0 %) yang berada pada kategori memuaskan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviano tahun 2016 pada 50 mahasiswa Fakultas Teknik dan Perencanaan dimana 42 mahasiswa memiliki IPK baik.⁹

Tidak terdapatnya hubungan yang bermakna antara depresi dengan IPK dapat juga terjadi karena depresi hanyalah salah satu dari banyaknya faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi belajar. Faktor tersebut dapat bersumber dari faktor internal (*internal sources*) dan faktor eksternal (*external sources*). Faktor internal dapat berupa minat motivasi, cara belajar, kesehatan panca indera, kesehatan fisik dan faktor eksternal berupa keluarga, sekolah, masyarakat, lingkungan sekitar, kompetensi dosen serta kurikulum.¹²

Motivasi memilih jurusan Arsitektur atas keinginan sendiri adalah bagian dari motivasi intrinsik yaitu motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang dalam melakukan suatu perbuatan untuk mencapai tujuan. Adanya motivasi intrinsik yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik. Dukungan sosial (keluarga, teman dan lingkungan sekitar) dapat meningkatkan motivasi belajar individu sehingga individu dapat memperoleh prestasi akademik yang memuaskan. Tipe kepribadian *conscientiousness* berasosiasi dengan perilaku disiplin, seperti merencanakan dan mengorganisir tugas dan berperilaku dengan rasa tanggung jawab untuk mencapai sesuatu sehingga mereka dengan *conscientiousness* yang tinggi memiliki keinginan kuat untuk belajar dan berambisi untuk sukses di bidang akademik.¹³⁻¹⁵

Hasil penelitian yang berbeda dengan Oktaviano tahun 2016 pada mahasiswa Teknik dan Perencanaan juga dapat disebabkan oleh perbedaan hasil tabulasi silang yang didapatkan dengan rancangan *cross sectional*. Dalam rancangan tersebut, hasil tabulasi silang telah menunjukkan responden yang normal cenderung memiliki IPK yang baik namun responden dengan depresi cenderung memiliki IPK yang buruk sehingga uji statistik dapat berhubungan. Namun dengan satu kali pengambilan data variabel penelitian pada penelitian ini, menunjukkan hasil terbalik dimana responden yang normal maupun

depresi ringan, sedang dan berat cenderung memiliki IPK pada kategori yang sama yaitu sangat memuaskan sehingga uji statistik menunjukkan tidak adanya hubungan.⁹

Kurikulum yang terdiri dari 149 SKS dengan adanya tugas-tugas yang banyak dapat mempengaruhi munculnya depresi pada mahasiswa Arsitektur Undana Namun jika hasil *screening* depresi tersebut dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kedang 2016 pada mahasiswa Pendidikan Dokter Undana yang juga menempuh 149 SKS didapatkan bahwa terdapat kesamaan dalam kecenderungan mengalami depresi. Namun walaupun ditemukan hasil tidak terdapat hubungan pada kedua penelitian ini, depresi pada mahasiswa Arsitektur cenderung menghasilkan IPK pada kategori sangat memuaskan sedangkan hasil tersebut justru berbanding terbalik dengan mahasiswa Pendidikan dokter yang cenderung pada kategori dengan pujian. IPK yang tinggi pada mahasiswa Pendidikan Dokter juga dapat dipengaruhi oleh sistem pendidikan yang mengharuskan nilai B pada setiap blok dan peluang untuk memperbaiki nilai menjadi B dalam tiga kali ujian yaitu ujian pertama, remedial, dan UAS yang tidak ditemukan pada mahasiswa Arsitektur. Sistem pendidikan lebih lama dan biaya pendidikan yang lebih banyak menuntut mahasiswa kedokteran harus berusaha mendapatkan IPK yang tinggi agar terbebas dari pengulangan semester yang justru akan menambah waktu pendidikan dan biaya. Perbedaan hasil prestasi akademik di kedua fakultas tersebut dapat memberikan gambaran bahwa walaupun depresi dapat terjadi namun IPK yang baik masih bisa didapatkan.¹⁶

Depresi dapat dialami oleh siapa saja dikarenakan banyaknya stresor yang dihadapi termasuk mahasiswa. Namun bagaimana seorang mahasiswa mampu mengelola depresi tersebut sehingga walaupun teridentifikasi depresi namun mampu menekannya sehingga tidak

berdampak pada asepek lebih luas terutama akademiknya. Adanya teman yang mendukung sehingga mereka tidak kesepian dan dapat menyelesaikan masalah perkuliahan bersama-sama dan termotivasi serta beradaptasi dengan baik. Penyesuaian diri yang baik dapat menyebabkan tingkat depresi tentunya akan berkurang juga. Faktor lainnya yang dapat menekan tingkat depresi yaitu dukungan orang tua. Adanya dukungan dari orangtua dalam proses belajar dapat memberikan motivasi tersendiri sehingga walaupun tekanan terus terjadi namun prestasi akademik tidak terganggu.¹⁵

KESIMPULAN

1. Berdasarkan karakteristik responden, dapat diketahui bahwa jumlah sampel laki-laki lebih banyak daripada perempuan, jumlah sampel yang tinggal di kos/kontrakan lebih banyak dari yang tinggal bersama orangtua, wali dan asrama, rata-rata responden mendapatkan dukungan sosial (keluarga, teman dan lingkungan sekitar) terhadap proses belajarnya, dan rata-rata motivasi responden dalam memilih jurusan Arsitektur adalah atas keinginan sendiri.
2. Pada penelitian ini, sebanyak 24 (15,6%) responden adalah kategori normal, 41 (26,6%) adalah depresi ringan, 59 (38,3%) adalah depresi sedang dan 30 (19,5%) adalah depresi berat sehingga derajat depresi didominasi oleh depresi sedang.
3. IPK yang paling banyak adalah kategori sangat memuaskan dengan jumlah mahasiswa 114 orang (74,0%), selanjutnya kategori memuaskan sejumlah 37 (24,0%), diikuti kategori dengan pujian sejumlah 3 (1,9%) sehingga rerata mahasiswa program studi Arsitektur memiliki kategori IPK yang baik.

4. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara depresi dengan IPK pada mahasiswa Program Studi Arsitektur.

SARAN

1. Peneliti selanjutnya bisa meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi IPK seseorang selain depresi seperti motivasi dan dukungan sosial (keluarga, teman dan lingkungan sekitar). Jika ingin menggunakan depresi sebagai variabel penelitian sebaiknya melakukan *screening* dengan jangka waktu lebih pendek dengan desain yang lebih baik seperti *case control*.
2. Perlu adanya *screening* depresi terhadap mahasiswa yang dilakukan pihak fakultas untuk mendeteksi mengenai mahasiswa yang mengalami depresi.
3. Bagi responden dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang dapat mengurangi kejadian depresi seperti melakukan *hobby* atau kegiatan *refreshing* dan olahraga lainnya seperti futsal, senam aerobik atau sepak bola. Melakukan kegiatan yang disukai atau olahraga seperti ini dapat meningkatkan hormon endorfin yang dapat menstimulus rasa bahagia dan mengurangi stres.
4. Bagi Fakultas kedokteran dapat memaksimalkan peranan dosen Pembimbing Akademik dalam melakukan pendekatan psikologi untuk meminimalisir kejadian depresi akibat stres.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sulistyorini, W dan Sabarisman, M. Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis. Sosio Informa 3(2). 2017.

2. World Health Organization. Depression and Other Common Mental Disorders [internet]. 2017 [cited 20 Mei 2020]. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf&ved>
3. World Health Organization. Depression [internet]. 2018 [cited 20 Mei 2020]. Available from: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/depression.html>.
4. Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar: RISKESDAS*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2018.
5. American Psychological Association. Student under pressure [internet]. 2014. [cited 18 Juni 2020]. Available from: <http://www.apa.org/monitor/2014/09/cover-pressure.aspx>.
6. Architects Journal. Mental health problems exposed by AJ Student Survey [internet]. 2016 [cited 20 Mei 2020]. Available from <https://www.architectsjournal.co.uk/news/mental-health-problems-exposed-by-aj-student-survey-2016/10009173..>
7. Zuama, SN. Kemampuan Mengelola Stress Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi Angkatan 2009 Program Studi PG Paud.
8. Aryani, F. Stress Belajar : Suatu Pendekatan Intervensi Konseling. Makassar: Edukasi Mitra Grafika. 2016.
9. Oktaviano, CAR. Hubungan Tingkat Depresi Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Dan Perencanaan Universitas Trisakti [Skripsi]. Program Pendidikan Sarjana Kedokteran : Universitas trisakti . 2016.
10. Hegenauer, J. *Stress Depression And Anxiety In Undergraduate Engineering And Architecture Student* . Conference paper : University of Hartford. 2018
11. Lingtang, A. Hubungan Adiksi Internet Dengan Depresi Pada Mahasiswa Kedokteran. Program Studi Pendidikan Dokter : Universitas Nusa Cendana. 2021
12. Binti, SAF. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Pembelajaran Terhadap Nilai Indeks Prestasi Koulatif (IPK) Mahasiswa Angkatan 2014. [Skripsi]. Program Studi Pendidikan Dokter : Universitas Hassanudin . 2017.
13. Hubungan Motivasi Belajar Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. Jurnal aceh medica 1(2) 79-86. 2017.
14. Dwiandini, RP dan Indriani, Y. Hubungan Antara Dukungan Sosial *Significant Others* Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Rantau Anggota Himpunan-Himpunan Daerah Sumatera Barat Di Universitas Diponegoro Semarang. Jurnal empati 1(7) 84-91 . 2018.
15. Khairunissa, AD. Upaya Pendekatan Tingkat Depresi pada Mahasiswa FK UNS Ditinjau Dari Sudut Pandang Domisili.
16. Kedang, EFS. Analisis Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Pogram Studi Pendidikan Dokter : Universitas Nusa Cendana. 2020.

