

## HUBUNGAN *PEER PRESSURE* TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA SISWA DI SMAN 1 MINGGIR SLEMAN

Muhammad Chairil Anwar<sup>1\*</sup>, Despita Pramesti<sup>2</sup>, Purwo Atmanto<sup>3</sup>, Mulyanti<sup>4</sup>

Program Sarjana Keperawatan Universitas Alma Ata<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : m.chairilanwar@gmail.com

### ABSTRAK

*Peer pressure* adalah suatu bentuk perasaan yang dipengaruhi oleh dorongan atau tekanan dari teman sebaya untuk melakukan suatu aktivitas yang tidak diinginkan atau diharapkan. *Peer pressure* digunakan sebagai dorongan atau tekanan yang diberikan oleh peers kepada individu agar berperilaku tertentu atau agar tidak berperilaku tertentu. Kunci utama dalam memahami *peer pressure* ialah bahwa individu termotivasi untuk melakukan suatu perilaku tertentu setelah diberi tekanan oleh *peer Pressure*. Untuk mengetahui bagaimana hubungan *peer pressure* terhadap tingkat depresi pada siswa di SMAN 1 Minggir Sleman. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan rancangan desain penelitian pendekatan *cross sectional*. Penelitian berada di SMA N 1 Minggir Sleman dengan sampel 80 responden yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner PPI dan BDI. Analisis data menggunakan Uji spearman yang didapatkan nilai *P-Value* < 0,05 yaitu sebesar 0,015 atau dapat diartikan terhadap hubungan dengan dengan nilai koefisien korelasi (*r*) 0,272 arah positif artinya semakin tinggi *peer pressure* semakin tinggi pula tingkat depresi remaja. Terdapat hubungan yang signifikan antara *peer pressure* dengan depresi di SMA N 1 Minggir Sleman

**Kata kunci** : depresi, *peer pressure*, remaja

### ABSTRACT

*Peer pressure* is a form of feeling influenced by encouragement or pressure from peers to carry out an activity that is not desired or expected. *Peer pressure* is used as encouragement or pressure given by peers to individuals to behave in a certain way or not to behave in a certain way. The main key in understanding *peer pressure* is that individuals are motivated to carry out a certain behavior after being pressured by *peer pressure*. To find out the relationship between *peer pressure* and the level of depression in students at SMAN 1 Minggir Sleman. The type of research used is quantitative research with a cross-sectional research design approach. The research took place at SMA N 1 Minggir Sleman with a sample of 80 respondents taken using purposive sampling techniques. The research instruments were PPI and BDI questionnaires. Data analysis using the Spearman test obtained a *P-Value* < 0.05, namely 0.015 or can be interpreted as a relationship with a correlation coefficient (*r*) value of 0.272 in the positive direction, meaning that the higher the *peer pressure*, the higher the level of adolescent depression. There is a significant relationship between *peer pressure* and depression at SMA N 1 Minggir Sleman

**Keywords** : depression, *peer pressure*, adolescents

### PENDAHULUAN

*Peer pressure* merupakan suatu bentuk perasaan yang dipengaruhi oleh dorongan atau tekanan dari teman sebaya untuk melakukan suatu aktivitas yang tidak diinginkan atau diharapkan. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk menyesuaikan diri bersama kelompok sosial di mana mereka ingin diterima. Sedangkan menurut Santos, Messervey dan Kusumakar (2016), *peer pressure* merupakan suatu perasaan dorongan atau tekanan dari teman sebaya dalam mengajak untuk melakukan aktivitas yang sama dengan yang mengajaknya dan melakukannya karena harapan dari orang lain (Evi D, Suswanto P. 2009). Depresi merupakan gangguan kejiwaan yang melibatkan gangguan emosional yang sering terjadi pada remaja

termasuk juga di Indonesia. Depresi akan menyebabkan seseorang merasa sedih, lelah, dan marah, kehilangan minat untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan cenderung bunuh diri. Depresi telah menjadi penyakit yang sangat serius sehingga Federasi Dunia untuk remaja tengah hingga remaja akhir (Hankin, Kesehatan Mental (WFMH) menentukan tema Hari Kesehatan Jiwa dengan judul “Depresi: Suatu Krisis Global” (B, Emilda F, Machira C, Wahab A, et al. 2016).

Tingkat depresi dikategorikan kedalam 3 kategori berdasarkan banyaknya gejala depresi yang dirasakan oleh subjek yaitu: normal (0-9), ringan (10-19), dan berat (20-30) (J Insight Fak 2021)(Pratiwi. 2021) dan Penelitian fitriana & suryani (2009) di Bantul, Yogyakarta menunjukkan hasil anak usia 10-12 tahun mengalami depresi dengan prevalensi depresi ringan sebanyak 54,83%, depresi sedang sebanyak 38,7%, dan 6,45% pada tingkat depresi berat (Saputri IA, Nurrahima A 2020). Prevalensi gangguan mental emosional usia 15-24 tahun di kota Yogyakarta mempunyai angka yang lebih tinggi dari angka nasional maupun Provinsi DIY yaitu 11,4% (Student MT, Kumar RR, Ommments REC, Prajapati A, Blockchain T-A, MI AI, et al. 2021). Seseorang yang bekerja mempunyai resiko mengalami stres yang berasal pekerjaan. Stres kerja dapat disebabkan banyak faktor antara lain konflik peran dalam pekerjaan dan beban kerja berlebihan (Azwar Saifuddin. 1994). Stres merujuk pada kondisi yang mengancam individu, stres dimasa pandemi karena timbul bentuk ketidak harmonisan individu dengan lingkungan, serta interaksi antara kondisi dengan sifat-sifat teman yang mengubah fungsi fisik maupun fungsi psikis yang normal (Bhayu IA, Ratep N, Westa W. 2014). Depresi pada remaja ditandai dengan perasaan mudah tersinggung, merasa tertekan, ketakutan, tidak memiliki semangat, merasa sedih, berkonflik dengan keluarga dan berkonflik dengan teman. konflik antar teman ini termasuk adanya tekanan kelompok sebaya (*peer pressure*) (Zelly E. 2021)

Remaja merupakan generasi muda yang melanjutkan perjuangan bangsa. Bangsa Indonesia membutuhkan remaja yang tumbuh dan berkembang dalam lingkungan dengan pola asuh yang sehat agar menjadi sumber daya manusia yang bernilai tinggi. Selama proses pertumbuhan dan perkembangan dalam hidupnya, remaja dapat mengalami berbagai masalah yang akan menjadi sumber stresor. Dalam penelitian ini menggunakan seluruh siswa SMA N 1 Minggir dengan usia 15-18 tahun dari kelas 10 dengan jumlah 144 siswa, kelas 11 dengan jumlah 144 siswa dan kelas 12 dengan jumlah 115 siswa, dengan jumlah dari semua jumlah populasi sebanyak 403 siswa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana hubungan *peer pressure* terhadap tingkat depresi pada siswa di SMAN 1 Minggir Sleman.

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan menjawab suatu permasalahan, dengan mencoba pengumpulan teori-teori yang kemudian disimpulkan secara deduktif, berupa suatu hipotesis atau jawaban sementara atau dugaan. Sedangkan rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Rancangan penelitian *cross sectional* merupakan suatu kegiatan pengumpulan data dalam suatu penelitian yang dilakukan sekaligus dalam waktu tertentu (*point time*) dan setiap subjek penelitian hanya dilakukan satu kali pendataan untuk semua variabel yang diteliti, selama dalam penelitian itu. Dalam penelitian ini menggunakan seluruh siswa SMA N 1 Minggir dengan usia 15-18 tahun dari kelas 10 dengan jumlah 144 siswa, kelas 11 dengan jumlah 144 siswa dan kelas 12 dengan jumlah 115 siswa, dengan jumlah dari semua jumlah populasi sebanyak 403 siswa.

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti, karena instrumen penelitian digunakan untuk melakukan pengukuran dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat, maka setiap instrumen harus mempunyai skala. Terdapat dua instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala PPI dan BDI. Kuesioner *Peer pressure*

*inventory* (PPI) untuk membuat item instrumen berupa pernyataan dalam bentuk favorabel dan unfavorabel. Favorabel adalah instrumen yang mendukung perilaku berdasarkan aspek-aspek yang diukur, sedangkan unfavorabel adalah instrumen yang tidak mendukung perilaku berdasarkan aspek-aspek yang diukur. Jawaban dalam skala ini dinyatakan dalam empat kategori (sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai) dengan tidak memakai jawaban ragu-ragu karena ini bisa menimbulkan kecenderungan subjek dalam menjawab ragu-ragu bagi subjek yang tidak pasti dengan jawaban. Penilaiannya bergerak dari empat sampai satu untuk aitem favorable dan dari satu sampai empat untuk item *unfavorable*.

Kuisisioner Skala Depresi (BDI II) ialah sebuah alat ukur yang berfungsi untuk menggambarkan depresi seseorang. Alat ukur ini berisi gambaran 6 karakteristik depresi dari 9 karakteristik yang disebut dalam DSM IV Seperti mood depresi, kehilangan minat dan kesenangan terhadap aktivitas harian, kehilangan energi atau kelelahan, perasaan tidak berharga dan perasaan bersalah, kesulitan berkonsentrasi, serta kehilangan nafsu makan. Beck Depression Inventory II memiliki nilai alfa cronbach's 0,93. Klarifikasi depresi dapat menggunakan nilai kuisisioner Beck Depression inventory (BDI) II. Skor tertinggi setiap item BDI II adalah 3 dan skor terendah adalah 0 serta nilai total adalah 63. Rentang depresi untuk nilai 0 – 13 diklasifikasikan sebagai depresi minimal nilai 14 – 19 termasuk dalam klasifikasi depresi ringan. Nilai 20 – 28 adalah klasifikasi depresi sedang. Klasifikasi depresi untuk nilai 29 – 63 adalah berat.

Peneliti menggunakan analisa data univariat dan bivariat. Analisa data univariat ialah analisa data yang dilakukan kepada satu variabel. Analisa data ini bertujuan mengetahui karakteristik anak usia remaja (jenis kelamin dan usia), peranan teman sebaya dan kemampuan perkembangan sosial emosional remaja. Analisa data bivariat merupakan analisis data yang dilakukan kepada dua variabel yang memiliki hubungan atau korelasi. Analisa data pada penelitian ini ditujukan untuk mengetahui variabel independen (peranan teman sebaya) dan variabel dependen yaitu resiko terjadinya depresi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini responden yang digunakan adalah seluruh siswa kelas 1-3 di SMA N 1 Minggir Sleman sebanyak 80 responden. Berikut tabel karakteristik responden:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

Karakteristik		Frequency (n)	Precent
Usia	15 tahun	30	37,5 %
	16 tahun	33	41,2 %
	17 tahun	15	18,7 %
	18 tahun	2	2,6 %
<b>Total</b>		<b>80</b>	<b>100 %</b>
Jenis Kelamin	Perempuan	52	65 %
	Laki-Laki	28	35 %
<b>Total</b>		<b>80</b>	<b>100 %</b>

Analisis univariat bertujuan untuk memberikan gambaran karakteristik dan variabel penelitian. Pada data kategori, hasil uji univariat disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan presentase. Variabel pada penelitian ini adalah Hubungan Peer Pressure terhadap tingkat depresi pada siswa di SMA N 1 Minggir Sleman.

**Tabel 2. Variabel Penelitian pada Siswa SMA N 1 Minggir Sleman**

Variabel	Kategori	Frequency	Percent
<i>Peer Pressure</i>	Rendah	0	0

	Sedang	73	91,25%
	Tinggi	7	8,75%
<b>Total</b>		<b>80</b>	<b>100%</b>
<b>Depresi</b>		-	
	Minimal	0	0
	Ringan	3	3,75%
	Sedang	25	31,25%
	Berat	52	65 %
<b>Total</b>		<b>80</b>	<b>100%</b>

Hasil analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji rank spearman, sebagai berikut:

**Tabel 3.** *Nonparametric Correlations*

Depresi	Peer Pressure						Total	p-value	koefisien korelasi	
	Ringan		Sedang		Berat					
	f	%	f	%	f	%				
Peer Pressure	0	0	73	91,25	7	8,75	80	100	0,015	0,272
Depresi	3	3,75	25	31,25	52	65	80	100		

Uji spearman bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel dengan data ordinal. Bila nilai  $P < 0,05$  maka disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan. Dari analisis di dapatkan nilai  $P$  sebesar 0.015. Oleh karena itu  $H_0$  di tolak yakni dengan angka *coefisient correlation* sebesar  $0.015 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara peer pressure dengan depresi.

### Jenis Kelamin

Hasil yang didapatkan dalam penelitian berdasarkan karakteristik jenis kelamin bahwa sebagian besar responden mayoritas adalah Perempuan dengan jumlah 52 responden dengan presentase 65%, sedangkan responden laki-laki 28 responden dengan presentase 35%. Jenis kelamin akan sangat mempengaruhi depresi terutama jenis kelamin Wanita akan lebih rentan mengalami depresi. Depresi pada Wanita akan semakin memburuk selama masa pubertas. Hal ini berkaitan dengan peran hormon steroid dalam kemunculan neurobiologis depresi Wanita.

### Usia

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa usia responden sebagian besar adalah 16 tahun sebanyak 33 responden dengan presentase (41,2%), sedangkan 15 tahun sebanyak 30 responden dengan presentase (37,5%), 17 tahun sebanyak 15 responden dengan presentase (18,7%), 18 tahun sebanyak 2 responden dengan presentase (2,6%).

Berdasarkan penelitian hal ini sejalan dengan hasil penelitian Mandasari (2020) yang menunjukkan hasil bahwa rata-rata responden berumur 16,34 tahun. Dengan umur termuda 15 tahun dan umur tertua 18 tahun. Banyaknya perubahan yang dialami pada tahap remaja, menuntut remaja untuk dapat beradaptasi dengan segala perubahan tersebut. Ketidakmampuan dalam beradaptasi dapat menimbulkan perasaan kecewa, merasa gagal, tidak percaya diri bahkan timbul perasaan tertekan karena tidak mampu mengatasi suatu masalah yang terjadi. Hal ini dapat menjadi salah satu faktor pencetus terjadinya depresi.

### Depresi

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa 52 siswa mengalami depresi mayoritas dalam kategori berat dengan presentase (65%). Hal ini berarti pada subjek penelitian yang

termasuk dalam kategori depresi tampaknya cukup banyak yang merasakan adanya perasaan sedih, ingin menangis, khawatir tentang sesuatu yang buruk, menjadi terganggu dan menjadi tidak mampu untuk mengubah pemikirannya dan cukup banyak pula yang kesulitan merasakan kegembiraan. Gejala depresi ini muncul dalam berbagai perilaku, ada yang menunjukkan tidak bersemangat ketika di sekolah, tidak mau berinteraksi dengan teman-teman sebaya, menangis tanpa sebab, ataupun menjadi sangat sensitif dan mudah marah.

Berdasarkan penelitian Dopheide (2006) diketahui bahwa gejala yang dimunculkan adalah adanya mood depresi atau anhedonia, banyaknya keluhan somatik, atau perubahan perilaku seperti *bullying*, agresi, atau menarik diri dari lingkungan sosialnya. Oleh karena perilaku yang ditunjukkan tidak memiliki kekhasan tertentu, seringkali gejala depresi ini tidak terdeteksi oleh orang-orang di sekitar remaja, orangtua, keluarga, ataupun teman seringkali tidak peka terhadap perubahan yang ditunjukkan oleh remaja yang mengalami depresi. Banyak kemungkinan penyebab dari depresi termasuk terganggunya fungsi otak terkait dengan regulasi suasana hati, peristiwa kehidupan yang penuh stres, obat-obatan. Selain beberapa faktor risikonya.

### **Peer Pressure**

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa mayoritas kategori sedang 73 responden dengan presentase (91,25%). Artinya, subjek yang mendapatkan tekanan teman sebaya yang tinggi, maka semakin tinggi pula kecenderungan subjek pada tingkat depresi. Pratiwi (2013) memaparkan bahwa siswa masih termasuk sebagai kategori remaja dan tentu akan melewati tahap perubahan baik secara fisik maupun secara psikis, sehingga menyebabkan remaja dalam kondisi rawan ketika akan melalui proses pertumbuhan dan perkembangan. Remaja akan menghadapi berbagai masalah terkait perubahan tersebut dan terkadang menimbulkan konflik pada diri sendiri. Konflik itu akan menjadikan remaja melakukan perilaku berisiko yang dapat membahayakan seperti hamil di luar nikah, kekerasan, bunuh diri, merokok, penyalahgunaan narkotika, dan lain- lain. Perilaku yang dilakukan tersebut memiliki dampak yaitu merusak kesehatan maupun mengancam jiwa. Perilaku tersebut dapat dikaitkan dengan tekanan teman sebaya. Kategori tinggi 7 responden dengan presentase (8,75%). Hal ini berarti tidak terlalu tinggi pada tekanan teman sebaya.

### **Hubungan Peer Pressure dan Depresi**

Hasil analisis yang telah dilakukan Uji spearman bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel dengan data ordinal. Bila nilai  $P < 0,05$  maka disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan. Dari analisis di dapatkan nilai  $P$  sebesar 0,015 dengan nilai koefisien korelasi 0,272. Oleh karena itu  $0,015 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara peer pressure dengan depresi. Adapun tingkat koefisien korelasi menunjukkan bahwa data hasil uji dikatakan memiliki hubungan yang cukup dan signifikan karena berada diantara korelasi sebesar 0,26 – 0,50. Angka correlation coefficient bernilai positif yaitu 0,272 sehingga hubungan kedua variabel searah yakni semakin tinggi peer pressure berpengaruh terhadap tingkat depresi. Selain itu hasil juga menunjukkan bahwa kategori Peer Pressure sedang sebanyak 73 responden dengan presentase 91,25% akan tetapi tidak dipengaruhi oleh depresi kemungkinan beberapa faktor lain yang mempengaruhi depresi seperti penurunan kondisi fisiologis, psikologis dan sosial, yang jika tidak dapat dilalui dengan baik maka akan muncul hambatan dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Masa perubahan dan transisi yang signifikan, ditandai dengan perkembangan fisik, emosional, dan sosial.

### **KESIMPULAN**

Karakteristik usia responden berdasarkan usia mayoritas 16 tahun (41,2%), sedangkan berdasarkan jenis kelamin mayoritas berjenis kelamin Perempuan 65%. Mayoritas depresi di

SMA N 1 Minggir Sleman dalam kategori depresi 77,5% responden yang mengalami depresi berat. Mayoritas Peer Pressure di SMA N 1 Minggir Sleman dalam kategori sedang sebanyak 65%. Terdapat hubungan antara depresi dan Peer Pressure berdasarkan hasil uji rank spearman yang digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara dua variabel dengan data ordinal. Bila nilai  $P < 0,05$  maka disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan. Dari analisis di dapatkan nilai  $P$  sebesar 0,024. Oleh karena itu  $P < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara peer pressure dengan depresi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia Ramadhani, Sofia Retnowati. Depresi Pada Remaja Korban Bullying. *J Psikol UIN Sultan Syarif Kasim Riau*. 2013;9(Desember):73– 9.
- Azwar Saifuddin. Analisis Item. *Bul Psikol*. 1994;2:26–33.
- Bhayu IA, Ratep N, Westa W. Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat depresi pada lanjut usia di wilayah kerja Puskesmas Kubu II. *E- Jurnal Med Udayana [Internet]*. 2014;4(1):1–14. Available from: <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/12599/8652>.
- Evi D, Suswanto P. Hubungan antara Tekanan Teman Sebaya dan Gaya Hidup dengan Anik Rustyaningsih, Ibrahim Rahmat MS. Hubungan Antara Tingkat Depresi Dengan Tingkatan Penyalahgunaan Pada Nara Pidana Dan Penyalahgunaan Napza Di Lembaga Masyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *J Ilmu Keperawatan*. 2009;04:146–9.
- Hafifatul Auliya Rahmy M. Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau Perspektif Kesehatan dan Islam. *J Demogr Etnography, Soc Transform*. 2021;1(1):35–44.
- Handayani DS. "Susceptibility to Peer pressure and Attachment to Friends", dalam Hubungan Peer pressure Dengan Misbehavior Siswa Sekolah Menengah Pertama di Pondok Pesantren. 2016;7. Available from: [https://www.fairportlibrary.org/images/files/RenovationProject/Concept\\_cost\\_estimate\\_accepted\\_031914.pdf](https://www.fairportlibrary.org/images/files/RenovationProject/Concept_cost_estimate_accepted_031914.pdf)
- Kedokteran Masyarakat B, Emilda F, Machira C, Wahab A, Biostatistik D, Kesehatan Populasi D, et al. Keakraban orang tua-remaja dan depresi remaja SMA di Kota Yogyakarta Familiarity of teens-parents and high school teenagers with incidence of depression in Yogyakarta City. (*BKM J Community Med Public Heal*. 2016;32:379–84.
- Oktavia, Jumaini, Agrina. Hubungan Interaksi Teman Sebaya dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Gangguan Mental Emosional Remaja. *J Ilmu Keperawatan*. 2021;9(1):1–15.
- Perilaku Seksual Mahasiswa Laki-laki. *J Insight Fak Psikol Univ Muhammadiyah Jember*. 2021;17(1):197–206. No Title. <https://californiacounselinggroup.com/is-peer-pressure-the-reason-behind-teen-depression/>  
<https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
- Pratiwi. Tekanan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Berisiko Mahasiswa. *J Behav Ment Heal*. 2021;2:1.
- Saputri IA, Nurrahima A. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Depresi Anak Usia Sekolah: Kajian Literatur. *Holist Nurs Heal Sci*. 2020;3(2):50– 8.

Student MT, Kumar RR, Ommments REC, Prajapati A, Blockchain T-A, MI AI, et al. Vol. 14, Frontiers in Neuroscience. 2021. 1–13 p.

Zelly E. Hubungan Peer Pressure dengan Compulsive Buying pada Siswa SMA Negeri 1 Lhokseumawe. 2021; Available from: <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/20509/1/ElviaZelly%2C160901016%2CFPSI%2C085215022114.pdf>