

HUBUNGAN ANTARA GEJALA DEPRESI DENGAN MEROKOK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN DI SEBUAH UNIVERSITAS DI JAKARTA BARAT

Orvael Nabeel Hisham^{1*}, Anastasia Ratnawati Biromo²

Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta¹

Bagian Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta²

*Corresponding Author : orvael.405200172@stu.untar.ac.id

ABSTRAK

Merokok merupakan kebiasaan menghisap tembakau yang dibakar atau menghisap asap berisi zat-zat adiktif yang dapat merangsang impuls di otak untuk mengatur atensi, suasana perasaan, dan jalan pikir seseorang. Merokok dapat dicetuskan oleh beberapa faktor salah satunya adalah gangguan depresi. Penelitian ini dilakukan pada 86 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020 untuk mencari hubungan antara angka kejadian depresi dengan perilaku merokok. Desain penelitian yang digunakan adalah potong lintang dengan *random sampling*. Penelitian ini mendapatkan hasil sebanyak 49 responden (57%) mengalami depresi, sedangkan 37 responden (43%) tidak mengalami depresi. Sebanyak 14 responden (16,3%) yang mengalami gejala depresi juga memiliki perilaku merokok, sementara hanya 4 responden (4,7%) yang tidak memiliki gejala depresi namun memiliki perilaku merokok. Penelitian ini mendapatkan bahwa ada hubungan signifikan antara gejala depresi dengan perilaku merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020 (*p-value* 0,045).

Kata kunci : angka kejadian depresi dengan perilaku merokok

ABSTRACT

*Smoking is a habit of smoking burnt tobacco or inhaling smoke containing addictive substances that can stimulate impulses in the brain to regulate a person's attention, mood and way of thinking. Smoking can be triggered by several factors, one of which is depression. This research was conducted on 86 respondents from the Faculty of Medicine, Tarumanagara University, Class of 2020 to find the relationship between depression and smoking behavior. The research design used was cross-sectional with random sampling. This research found that 49 respondents (57%) had depression symptoms, while 37 respondents (43%) didn't have depression symptoms. A total of 14 respondents (16,3%) with depression symptoms also had smoking behavior, while 4 respondents (4,7%) without depression symptoms had smoking behavior. This research finds that there is a significant relationship between depression symptoms and smoking behavior in students at the Faculty of Medicine, Tarumanagara University, Class of 2020 (*p-value* 0.045).*

Keywords : incidence of depression symptoms and smoking behaviour

PENDAHULUAN

Depresi merupakan salah satu gangguan suasana hati yang ditandai dengan gejala utama berupa suasana perasaan depresif, kehilangan minat hal yang biasa disukai, dan kehilangan energi yang ditandai dengan cepat lelah. Selain itu, depresi juga memiliki gejala tambahan lain seperti : penurunan atensi atau konsentrasi, penurunan kepercayaan diri maupun harga diri, perasaan tidak berguna atau rasa bersalah, pandangan yang suram terhadap masa depan dan pesimistis, serta adanya gagasan atau perbuatan membahayakan diri atau bunuh diri. Pendidikan kedokteran merupakan program studi yang membutuhkan pengorbanan waktu, usaha, dan biaya yang besar. Sehingga hal ini dipikirkan menjadi salah satu faktor yang berperan dalam munculnya gejala depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran. Penelitian pada mahasiswa fakultas kedokteran yang dilakukan di Jerman mendapatkan bahwa

mahasiswa fakultas kedokteran lebih mungkin untuk terkena depresi karena beban psikis yang berlebihan, beban akademik, dan kesulitan dalam membagi waktu antara istirahat dan belajar. Orang yang mengalami gejala depresi terkadang mencoba melakukan upaya untuk mengatasi gejalanya sendiri dengan salah satu caranya yaitu merokok.

Merokok merupakan kebiasaan menghisap tembakau yang dibakar atau menghisap asap yang berisi zat-zat adiktif yang dapat merangsang impuls di otak untuk mengatur atensi, suasana perasaan, dan jalan pikir seseorang. Bagi beberapa orang, merokok merupakan bentuk *'self medication'* untuk melepaskan stres ataupun gejala depresi. Nikotin dari rokok secara biologis dapat menimbulkan pelepasan dopamin di otak sehingga menimbulkan rasa rileks, hal ini yang membuat beberapa orang merokok untuk melepaskan rasa stres ataupun gejala depresi. Efek menenangkan pasca menghisap rokok ini bersifat sementara, sedangkan bila efek itu hilang maka orang tersebut merasa harus kembali menghisap rokok.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain analitik potong lintang dengan jumlah sampel 86 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020 dengan menggunakan teknik *random sampling*. Depresi merupakan variabel bebas pada penelitian ini, sedangkan perilaku merokok adalah variabel terikat pada penelitian ini. Instrumen penelitian untuk mengetahui angka kejadian depresi pada penelitian ini menggunakan kuesioner MADRS (*Montgomery-Asberg Depression Rating Scale*) dan untuk mengetahui perilaku merokok menggunakan instrumen GN-SBQ (*Glover Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire*). Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan uji statistik *chi-square* dengan batas signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 86 responden dengan rentang usia 19 hingga 25 tahun. Rerata usia adalah 20 tahun dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 52 orang (60,5%) sementara responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 34 orang (39,5%). (Tabel 1)

Tabel 1. Karakteristik Sampel Penelitian

Karakteristik	Frekuensi(%)	Mean
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	34(39,5)	
Perempuan	52(60,5)	
Usia		
19 Tahun	2(2,3)	
20 Tahun	55(64)	
21 Tahun	24(27,9)	20,4 Tahun
22 Tahun	2(2,3)	
23 Tahun	2(2,3)	
24 Tahun	0(0)	
25 Tahun	1(1,2)	

Pada penelitian ini didapatkan jumlah responden yang mengalami depresi lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak mengalami depresi. Sebanyak 49 responden (57%) mengalami depresi, sedangkan 37 responden (43%) tidak mengalami depresi. (Tabel 2)

Tabel 2. Gambaran Angka Kejadian Depresi Responden

Karakteristik	Frekuensi (%)
Angka Kejadian Depresi	
Tidak Depresi	37(43)
Depresi	49(57)

Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden tidak memiliki perilaku merokok. Sebanyak 68 responden (79,1%) tidak memiliki perilaku merokok sedangkan 18 responden (20,9%) memiliki perilaku merokok. (Tabel 3)

Tabel 3. Gambaran Perilaku Merokok Responden

Karakteristik	Frekuensi (%)
Status Merokok	
Tidak Merokok	68(79,1)
Merokok	18(20,9)

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa sebanyak 14 responden (16,3%) yang mengalami depresi juga memiliki perilaku merokok, sementara hanya ada 4 responden (4,7%) yang tidak mengalami depresi memiliki perilaku merokok. Analitik statistik dengan menggunakan *chi-square* mendapatkan *p-value* 0,045 yang berarti didapatkan adanya hubungan bermakna antara depresi dengan perilaku merokok. (Tabel 4)

Tabel 4. Hubungan Angka Kejadian Depresi dengan Perilaku Merokok

Perilaku Merokok			
Angka Kejadian Depresi	Tidak Merokok	Merokok	P Value
	n (%)	n (%)	
Tidak Depresi	33 (38,4)	4 (4,7)	,045
Depresi	35 (40,7)	14 (16,3)	

PEMBAHASAN

Penelitian ini menyimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara depresi dengan perilaku merokok. Sebuah studi epidemiologi mendapatkan bahwa perilaku merokok dihubungkan dengan berbagai gangguan psikiatrik, salah satunya yaitu depresi. Studi tersebut menyatakan bahwa remaja yang memperlihatkan gejala depresi mempunyai risiko lebih tinggi untuk mulai merokok dibandingkan yang tidak memiliki gejala depresi.

Individu yang memiliki gejala depresi biasanya mengalami penurunan pada neurotransmitter dopamin di otaknya. Dopamin merupakan neurotransmitter yang berfungsi untuk mengatur motivasi, keinginan akan sesuatu, kepuasan, suasana hati, dan cara pikir seseorang. Penurunan dopamin dalam otak dapat menyebabkan penurunan motivasi, keinginan untuk melakukan sesuatu, keinginan untuk mencari kepuasan, suasana hati, dan atensi berpikir. Rokok diketahui dapat meningkatkan suplai dopamin otak dalam jangka waktu pendek, sehingga individu yang mengalami depresi mungkin merokok sebagai salah satu upaya untuk meringankan atau mengobati sendiri gejala depresinya (*self-medicating*). Hal ini sesuai dengan hasil yang didapatkan pada penelitian ini yaitu perilaku merokok paling banyak didapatkan pada kelompok responden yang mengalami depresi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara depresi dengan perilaku merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan

2020. Namun tidak menutup kemungkinan juga ada faktor-faktor lain yang menimbulkan perilaku merokok pada responden sehingga masih dibutuhkan adanya penelitian lanjutan dalam topik ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak termasuk responden yang telah bersedia terlibat dalam penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Belujon, P., & Grace, A. A. (2017). Dopamine System Dysregulation in Major Depressive Disorders. *The international journal of neuropsychopharmacology*, 20(12), 1036–1046. <https://doi.org/10.1093/ijnp/pyx056>
- Depression [Internet]. World Health Organization. World Health Organization; 2021 [cited on october 2022] available from: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/depressio>
- Juárez Olguín, H., Calderón Guzmán, D., Hernández García, E., & Barragán Mejía, G. (2016). The Role of Dopamine and Its Dysfunction as a Consequence of Oxidative Stress. *Oxidative medicine and cellular longevity*, 2016, 9730467. <https://doi.org/10.1155/2016/9730467>
- Pelzer, A., Sapalidis, A., Rabkow, N., Pukas, L., Günther, N., & Watzke, S. (2022). Does medical school cause depression or do medical students already begin their studies depressed? A longitudinal study over the first semester about depression and influencing factors. *GMS journal for medical education*, 39(5), Doc58. <https://doi.org/10.3205/zma001579>
- Smoking and mental health [internet]. Mental Health Foundation. Mental Health foundation; 2021 [cited on october 2022] available from : <https://www.mentalhealth.org.uk/explore-mental-health/a-z-topics/smoking-and-mental-health#:~:text=Nicotine%20stimulates%20the%20release%20of,temporarily%20increase%20their%20dopamine%20supply>
- Soetjningsih., 2007. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto.
- What is smoking and tobacco [Internet]. Australian Government Departement of Health and Aged Care; 2019 [cited on october 2022] available from : <https://www.health.gov.au/topics/smoking-and-tobacco/about-smoking-andtobacco/what-is-smoking-and-tobacco>