

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Ketahanan nasional merupakan situasi yang dinamis dalam suatu negara, mencakup ketekunan dan kekuatan, serta melibatkan kapasitas untuk memperkuat kemampuan nasional dalam menghadapi dan menanggulangi berbagai tantangan, ancaman, hambatan, dan gangguan yang mengancam integritas, identitas, serta kelangsungan hidup bangsa dan negara. Salah satu komponen fundamental yang menyusun ketahanan nasional adalah aspek kesehatan yang perlu dikembangkan sejak awal agar selalu siap digunakan ketika dibutuhkan untuk mendukung pertahanan negara (Peraturan Menteri Pertahanan Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2014 Tentang Sistem Kesehatan Pertahanan Negara, 2014).

Kesehatan mental merupakan bagian integral dari kesehatan setiap individu. Kesehatan mental mencakup keadaan kesejahteraan psikologis di mana seseorang mampu mengelola tekanan hidup, menyadari potensinya, belajar dan bekerja efektif, serta memberikan kontribusi positif pada lingkungannya (World Health Organization, 2022). Namun, bagi sebagian besar populasi global, mencapai kesehatan mental yang optimal merupakan tantangan berkelanjutan, dengan lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia menghadapi gangguan mental (Santomauro *et al.*, 2021).

Di Indonesia, prevalensi gangguan kesehatan mental menunjukkan tingkat yang cukup signifikan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, lebih dari 19 juta penduduk yang berusia di atas 15 tahun menghadapi masalah gangguan mental emosional. Sementara itu, lebih dari 12 juta orang dalam kelompok usia yang sama mengalami kondisi depresi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Depresi merupakan suatu gangguan mental yang ditandai dengan perasaan kesedihan yang berlangsung secara terus-menerus, disertai dengan kurangnya minat atau kegembiraan dalam aktivitas yang

sebelumnya dianggap menyenangkan. Depresi merupakan penyebab disabilitas kedua tertinggi di seluruh dunia dan berkontribusi besar terhadap beban penyakit global. Efek depresi dapat berlangsung dalam jangka waktu yang panjang atau bersifat berulang, dan mampu secara signifikan mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menjalani kehidupan yang bermakna dan berfungsi secara optimal. Penyebab depresi melibatkan interaksi kompleks antara faktor sosial, psikologis, dan biologis (World Health Organization, 2023).

Mahasiswa perguruan tinggi lebih sering didiagnosis mengalami episode depresi dan gangguan afektif atau kecemasan, apabila dibandingkan dengan teman sebaya yang bukan mahasiswa perguruan tinggi. Selain itu, tingkat stres mahasiswa juga cenderung lebih tinggi jika dibandingkan dengan orang dewasa yang sudah bekerja. Untuk itu, menjaga kesejahteraan mahasiswa patut menjadi tujuan yang penting bagi lembaga pendidikan (Lohner & Aprea, 2021).

Kadet mahasiswa adalah peserta didik yang tengah menjalankan program pendidikan sarjana di Universitas Pertahanan Republik Indonesia (Unhan RI) (Peraturan Rektor Universitas Pertahanan Republik Indonesia Nomor 59 Tahun 2021 Tentang Peraturan Khusus Kadet Mahasiswa Universitas Pertahanan Republik Indonesia, 2021). Dalam masa pendidikan, kadet mahasiswa dihadapkan dengan berbagai tuntutan yang dapat menciptakan sebuah kondisi yang menekan yang dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan mental (Ruwan *et al.*, 2021).

Untuk menjadi lulusan yang kompeten, kadet mahasiswa dituntut untuk memiliki intelektualitas yang tinggi, kepribadian yang tangguh, dan fisik yang senantiasa prima di tengah padatnya kegiatan. Kadet mahasiswa juga dituntut untuk mampu beradaptasi dengan pola pembinaan dalam lingkungan militer dengan tingkat disiplin yang tinggi. Dalam menyikapi keadaan tersebut, resiliensi sangat dibutuhkan (Fullerton *et al.*, 2021).

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk mengatasi dan beradaptasi secara efektif dengan stres dan kesulitan yang signifikan (Kidd *et al.*, 2019). Resiliensi telah dikonseptualisasikan sebagai kapasitas internal yang sudah ada sebelumnya; sebagai suatu proses yang bergantung pada interaksi antara faktor internal dan eksternal; dan sebagai suatu hasil. Resiliensi sangat bervariasi dari orang ke orang dan muncul dalam berbagai tingkatan di berbagai domain kehidupan, waktu, dan lingkungan (Fisher *et al.*, 2019).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa resiliensi yang tinggi terbukti terkait dengan kesehatan mental yang baik. Sebaliknya, resiliensi yang rendah dikaitkan dengan peningkatan risiko gangguan kesehatan mental, yang dapat menyebabkan depresi (Jin *et al.*, 2022; Yeo *et al.*, 2019). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara resiliensi dengan depresi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI sehingga upaya intervensi dapat dilakukan dalam rangka meningkatkan kesehatan mental untuk mengoptimalkan potensi kadet mahasiswa dalam menempuh pendidikan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dibuat rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan depresi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI?
2. Bagaimana hubungan antara resiliensi dengan depresi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan depresi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI.

### 1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui gambaran resiliensi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI.
2. Mengetahui gambaran depresi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI.
3. Mengetahui hubungan antara resiliensi dengan depresi pada kadet mahasiswa *cohort 2* Unhan RI.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan, serta menambah informasi tentang pentingnya resiliensi yang akan memengaruhi kesehatan mental.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi sarana informasi dan edukasi bagi masyarakat mengenai pentingnya resiliensi sehingga upaya intervensi dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental.

2. Bagi institusi

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi Unhan RI untuk melakukan intervensi dalam upaya mengurangi terjadinya gangguan pada kesehatan mental seperti depresi untuk mengoptimalkan potensi kadet mahasiswa dalam menempuh pendidikan.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini menjadi wujud nyata aplikasi dan pengembangan wawasan dari ilmu yang sudah dipelajari selama menjadi mahasiswa kedokteran.