

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kondisi mental yang baik membuat seseorang dapat memahami kemampuan yang dimilikinya serta kemampuan tersebut dapat digunakan dalam menghadapi tekanan yang ada dalam hidup, dan juga kondisi mental yang baik membuat seseorang menjadi lebih produktif dalam bekerja dan menjadi lebih aktif dalam kegiatan berkelompok (Endriyani dkk, 2022: 429-430). Namun, ketika seseorang tidak dapat mengelola stres dengan baik atau mengalami tekanan emosional yang berlebih dan tidak dapat mengatasinya dengan baik, maka hal tersebut dapat mempengaruhi kondisi mental dan apabila masalah ini dibiarkan tanpa penanganan yang tepat, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius seperti depresi.

Saat ini banyak individu yang mengalami stres, depresi, kecemasan berlebih, perasaan bingung, dan kegelisahan yang berkepanjangan, akan tetapi masih banyak yang beranggapan bahwa depresi bukanlah gangguan mental yang serius. Mereka melihat depresi sebagai masalah yang dapat hilang dengan sendirinya, padahal depresi merupakan gangguan yang lebih kompleks daripada sekadar perubahan emosi sementara (Dirgayunita, 2016: 2). Kriteria diagnosis menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Fifth Edition (DSM-V)*, seseorang dapat disebut mengalami depresi apabila dalam dua minggu berturut-turut memiliki gejala-gejala berikut, yaitu (1) perasaan tertekan hampir setiap hari, (2) hilangnya antusiasme pada kegiatan yang biasa dilakukan, (3) kurangnya nafsu makan sehingga berat badan berkurang, (4) mengalami kesulitan tidur dan sering mengantuk pada siang hari, (5) mudah lelah, (6) kesulitan berkonsentrasi, (7) sering terpikir untuk melakukan bunuh diri (Dianovinina, 2018: 69-71).

Depresi dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Seseorang yang memiliki riwayat keluarga dengan depresi beresiko lebih tinggi untuk mengalami kondisi yang sama. Menurut Kaplan serta Nolen Hoeksema dan Girgus (Dirgayunita, 2016:

6) faktor-faktor penyebab depresi dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor sosial. Ketiga faktor ini dapat mempengaruhi satu sama lain dalam memperburuk kondisi depresi. WHO memperkirakan pada tahun 2017 jumlah individu yang mengalami gangguan jiwa mencapai 450 juta jiwa dengan gangguan yang paling banyak adalah depresi dan angka depresi tertinggi terdapat di Asia Tenggara. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan, Tenaga Kerja dan Kesejahteraan Negara Jepang pada tahun 2008 jumlah individu yang mengalami depresi tercatat sebanyak 1.041.000 jiwa (Sihombing, Wiriani, & Sulatri, 2024: 56). Menurut Lubis (dalam Ariani, 2022: 11-12) depresi merupakan gangguan terhadap *mood* individu yang disebabkan oleh perasaan tidak punya harapan, patah hati, ketidakberdayaan, ketidakmampuan dalam mengambil keputusan yang benar, kurangnya semangat dalam menjalani kegiatan sehari-hari, serta kecenderungan untuk mencoba untuk bunuh diri.

Individu yang mengalami depresi sering melihat dunia, dirinya dan masa depannya dengan cara negatif, karena hal inilah individu tersebut sering menarik kesimpulan yang salah akibat dari pandangannya yang selalu negatif, sehingga menyebabkan suasana hatinya cenderung murung, dan kecenderungan untuk melakukan bunuh diri. Depresi dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk menjalani kehidupan dengan baik. Perasaan negatif yang terus-menerus, rasa tidak berdaya tidak hanya mempengaruhi kondisi mental, tetapi juga sangat mempengaruhi kualitas hidup seseorang.

Kualitas hidup adalah cara seseorang dalam memandang dan merasakan suatu hal atau peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, di mana peristiwa tersebut dianggap penting bagi hidupnya untuk mencapai kehidupan yang sejahtera (Nurjaman, Susilaningih, & Permana, 2023: 51-52). Kualitas individu biasanya dapat dilihat berdasarkan beberapa kondisi seperti kondisi psikologis, fisik, lingkungan dan hubungan sosialnya. Organisasi kesehatan dunia mendefinisikan bahwa kualitas hidup merupakan pandangan seseorang tentang posisinya dalam konteks budaya, serta sebagai sistem nilai yang berkaitan dengan tujuan, harapan, standar dan keinginan mereka (Sudirman, 2022: 54). Individu yang mengalami

gangguan mental seperti depresi sering kali kesulitan dalam menjalani kehidupan yang baik. Depresi dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk kemampuan bekerja dan berinteraksi sosial. Jika tidak ditangani dengan baik, depresi dapat menghambat individu dalam mencapai kesejahteraan, dan memperburuk kondisi mereka.

Merujuk pada fenomena tersebut, banyak penulis maupun sutradara film yang mengangkat fenomena tersebut menjadi sebuah karya sastra. Biasanya, mereka menampilkan cerita dengan menggambarkan dampak depresi pada individu, seperti berkurangnya semangat hidup, jaranganya interaksi dengan orang lain, dan perasaan sedih yang terus-menerus. Aspek-aspek inilah yang sering kali ditonjolkan dalam karya sastra, sehingga cerita menjadi lebih menarik. Contoh film yang mengangkat isu depresi dan kesehatan mental, diantaranya adalah *Kotoko* (2011), yang menceritakan perjuangan seorang ibu yang merawat bayinya sendirian sambil menghadapi masalah kesehatan mentalnya. Lalu ada *A Silent Voice* (2016), yang membahas berbagai isu sensitif seperti perundungan, kesehatan mental dan kecemasan sosial. *Colorful* (2010) menceritakan tentang roh yang masuk ke dalam tubuh seorang laki-laki yang bunuh diri dan roh tersebut berusaha memahami mengapa laki-laki tersebut mengalami depresi. Pada tahun 2022, terdapat juga drama dengan unsur depresi yang berjudul *Tsuma Shogakusei ni Naru (If My Wife Become An Elementary School Student)*.

Drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* ini merupakan adaptasi dari *manga* yang ditulis oleh Murata Yuyu. *Manga* tersebut mulai diterbitkan pada tahun 2018. Pada tahun 2022, *Manga Tsuma Shogakusei ni Naru* diadaptasi menjadi sebuah drama oleh Oshima satomi, dan di sutradarai oleh Tsuboi Toshio, Yamamoto Takeyoshi dan Kato Naoki dengan total sebanyak 10 episode. Drama ini digunakan sebagai objek penelitian karena menggambarkan unsur-unsur depresi, terutama dampak depresi terhadap keberlangsungan hidup dan perilaku individu yang mengalami depresi, serta interaksi mereka dengan individu lain. Drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* menceritakan tentang tokoh Keisuke Nijima yang kehilangan istri tercintanya sepuluh tahun yang lalu. Pada awalnya, mereka merupakan keluarga yang sangat ceria, layaknya keluarga harmonis yang patut dijadikan contoh. Namun, suasana

keluarga tersebut berubah secara signifikan setelah kepergian sang istri akibat kecelakaan pada saat pulang berlibur bersama. Kepergian istrinya membuat Keisuke Nijima kehilangan semangat hidup, kurangnya motivasi, kesedihan yang berkepanjangan, perasaan putus asa dan tidak berdaya serta menarik diri dari interaksi sosial sehingga berdampak pada menurunnya kualitas hidupnya.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk menganalisis drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* karena tema yang diangkat memiliki kesamaan dengan realita kehidupan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengertian serta pemahaman yang lebih mendalam mengenai depresi, dampaknya terhadap individu yang mengalaminya, serta faktor-faktor yang biasanya berperan dalam menyebabkan depresi pada individu.

1.2 Penelitian yang Relevan

Penelitian terdahulu atau penelitian yang relevan digunakan sebagai bahan perbandingan dan sebagai pelengkap dalam penelitian ini. Berikut beberapa penelitian yang relevan sebagai berikut :

1. Penelitian dalam jurnal yang ditulis oleh Indah Rizki Ramadani, Tryana Fauziyah, dan Bima Khoirur Rozzaq dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan berjudul “Depresi, Penyebab Dan Gejala Depresi” yang dilakukan pada tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode penelitian semiotika. Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan berpotensi mengalami depresi, akan tetapi perempuan memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan oleh faktor-faktor yang berhubungan dengan produksi hormon progesteron dan estrogen serta konsentrasi hormon tersebut. Depresi pada laki-laki dan perempuan juga memiliki tahapan yang berbeda. Variasi tahapan depresi pada perempuan lebih beragam dibandingkan dengan laki-laki. Pola depresi yang umum terjadi pada perempuan meliputi perasaan cemas, pikiran untuk bunuh diri, keinginan untuk menghindari kontak sosial, dan insomnia. Hal ini sering kali disebabkan oleh sifat pemikir perempuan yang menjadikan beban emosionalnya semakin berat. Sementara itu, akibat

depresi yang dialami oleh laki-laki biasanya berupa penurunan motivasi, serangan panik, perasaan tertekan, dan laki laki juga lebih cenderung menyalahgunakan alkohol dan zat kimia lainnya yang dapat memengaruhi kesehatan mental dan perilaku mereka.

Perbedaan dari penelitian analisis depresi milik Indah Rizki Ramadani, Tryana Fauziyah, dan Bima Khoirur Rozzaq dengan penelitian analisis depresi yang penulis lakukan adalah pada pokok pembahasannya penelitian depresi milik Indah Rizki Ramadani, Tryana Fauziyah, dan Bima Khoirur Rozzaq menganalisis perbedaan faktor dan gejala depresi terhadap laki-laki dan perempuan sedangkan penulis membahas faktor dan gejala depresi pada sebuah tokoh dalam drama. Selanjutnya perbedaan terletak pada metode penelitian yang dipilih, penelitian milik Indah Rizki Ramadani, Tryana Fauziyah, dan Bima Khoirur Rozzaq menggunakan metode penelitian semiotika sedangkan penulis menggunakan metode penelitian deskriptif analisis. Persamaan dari penelitian milik Indah Rizki Ramadani, Tryana Fauziyah, dan Bima Khoirur Rozzaq dengan penelitian milik penulis adalah sama-sama membahas faktor dan gejala depresi.

2. Skripsi yang ditulis oleh Beny Setiyawan dari Universitas Brawijaya berjudul “Depresi Pada Tokoh Kashiwagi Yuri Dalam Film *Kuchibiru ni Uta Wo* Karya Sutradara Takahiro Miki” yang dilakukan pada tahun 2017. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif analisis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa gejala yang dialami tokoh Kashiwagi Yuri, seperti gejala fisik, dan gejala emosional. Kemudian dampak dari depresi yang di alami oleh tokoh Kashiwagi Yuri adalah kehilangan kemampuan dalam hal yang biasanya ditekuni, menjauhi benda yang memiliki kenangan terhadap masa lalunya, dan memiliki kepedulian terhadap orang yang memiliki nasib yang sama seperti dirinya.

Perbedaan dari penelitian depresi milik Beny Setiyawan dengan penelitian analisis depresi yang penulis lakukan adalah Beny Setiyawan menggunakan film *Kuchibiru ni Uta Wo* sebagai sumber data sedangkan penulis

menggunakan drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* Karya Oshima Satori. Perbedaan selanjutnya terletak pada pokok bahasan, Beny Setiyawan membahas gejala dan dampak depresi pada tokoh Kashiwagi Yuri pada film *Kuchibiru ni Uta Wo* sedangkan penulis membahas faktor dan gejala depresi pada tokoh Keisuke Nijima pada drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* Karya Oshima Satori. Persamaan penelitian Beny Setiyawan dengan penulis, yaitu sama-sama menggunakan metode deskriptif analisis.

1.3 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis mengidentifikasi masalah yang ada dalam penelitian adalah :

1. Meninggalnya sang istri menyebabkan Keisuke Nijima kehilangan semangat hidup dan motivasi sehingga menurunkan kualitas hidupnya.
2. Faktor-faktor yang menyebabkan Keisuke Nijima mengalami depresi setelah kepergian istrinya.
3. Gejala-gejala depresi yang dialami Keisuke Nijima seperti kehilangan motivasi, perasaan putus asa dan tidak berdaya.

1.4 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada, penulis membatasi penelitian ini dengan memfokuskan pada depresi pada tokoh Keisuke Nijima dalam drama *Tsuma Shogakusei Ni Naru* karya Oshima Satomi.

1.5 Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang ada, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana unsur intrinsik seperti tokoh, penokohan dan latar dalam drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* Karya Oshima Satomi?

2. Bagaimana depresi pada tokoh Keisuke Nijima dalam drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* karya Oshima Satomi yang ditelaah dengan teori Aaron Beck?

1.6 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan adanya penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mendeskripsikan unsur intrinsik seperti tokoh, penokohan dan latar dalam drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* karya Oshima Satomi.
2. Untuk memahami depresi pada tokoh Keisuke Nijima dalam drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* karya Oshima Satomi.

1.7 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif analisis, dengan cara melakukan identifikasi dan mendeskripsikan permasalahan yang ada pada penelitian kemudian dianalisis. Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan mencakup sumber primer dan sekunder. Data primer yang digunakan pada penelitian ini adalah drama *Tsuma Shogakusei ni Naru* melalui *platform streaming* Netflix, dan data sekunder yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan mencari dan menggunakan data data yang relevan dari berbagai sumber seperti jurnal ilmiah, *e-book*, dan berbagai data yang diperoleh melalui internet. Penelitian ini direncanakan berlangsung selama kurang lebih 1 tahun 4 bulan, dimulai dari bulan Oktober 2024 hingga bulan Februari 2026.

1.8 Kajian teori

Aaron Beck mengemukakan bahwa depresi ditandai dengan adanya perubahan pada diri yang mengarah negatif, khususnya terhadap suasana hati. Tanda-tanda ini meliputi keinginan untuk menghukum diri sendiri, berkembangnya kemerosotan diri, serta adanya perubahan pada organ pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Individu yang mengalami depresi juga dapat mengalami kemunduran atau peningkatan aktivitas yang tidak wajar (Aziz, 2020:94).

Selain itu Aaron Beck juga menyebutkan gejala depresi sebagai berikut: (1) Simtom kognitif, berupa pemikiran negatif terhadap masa depan dan penilaian diri yang rendah, sehingga menyebabkan individu mencela atau mengkritik diri sendiri; (2) Simtom emosi, berupa berkurangnya respon bahagia pada kondisi yang seharusnya menimbulkan kesenangan; (3) Simtom fisik dan vegetatif, berupa berkurangnya nafsu makan, insomnia, hilangnya minat dalam berhubungan seksual, merasa sangat lelah, serta penurunan berat badan dan kemampuan fisik; (4) Simtom motivasi, berupa berkurangnya motivasi untuk melakukan aktivitas yang seharusnya dijalani dan adanya keinginan untuk menarik diri dan interaksi sosial (Sentika & Karneli, 2021:62).

1.9 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai dampak dan pengaruh depresi terhadap kualitas hidup yang merujuk pada teori yang digunakan pada penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan baru penulis mengenai dampak depresi terhadap kualitas hidup dan gejala depresi.

b) Bagi Peneliti lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk peneliti lain khususnya mengenai gejala depresi dan faktor-faktor penyebab depresi.

c) Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu bahan untuk pembelajaran dan evaluasi lebih lanjut mengenai pemahaman tentang gejala, penyebab serta dampak dari depresi.

1.10 Sistematika Penyusunan Skripsi

Sistematis penyajian penelitian ini disusun sebagai berikut :

- Bab I Pendahuluan
Bab ini penulis membahas latar belakang masalah, penelitian yang relevan, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, landasan teori, metode penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penyusunan skripsi.
- Bab II Kajian Pustaka
Bab ini berisikan teori-teori yang digunakan dalam menganalisis karya sastra pada penelitian ini dengan menjelaskan teori yang mendukung penelitian ini seperti teori depresi dan faktor-faktor penyebab depresi.
- Bab III Depresi Pada Tokoh Keisuke Nijima Dalam Drama Tsuma Shogakusei Ni Naru
Bab ini penulis akan menjabarkan analisis mengenai unsur intrinsik, gejala depresi serta faktor-faktor penyebab depresi pada tokoh Keisuke Nijima.
- Bab IV Simpulan
Bab ini berisikan kesimpulan dan rangkuman hasil dari penelitian.