

## HUBUNGAN KEJADIAN DEPRESI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN TAHAP AKHIR UNIVERSITAS ISLAM AL-AZHAR MATARAM

Wariatul Hasanah<sup>1</sup>, Lusiana Wahyu Ratna<sup>2</sup>, Dina Qurratu Ainin<sup>3</sup>, Irwan Syuhada<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi S1 Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Al-Azhar, Mataram

Email korespondensi: [wariatulhasanah@gmail.com](mailto:wariatulhasanah@gmail.com)

Received: 20 February 2026; Revised: 23 February 2026; Accepted: 24 February 2026

### Abstract

*Depression is one of the most common mental disorders among medical students and may negatively affect their quality of life. Final-year medical students face high academic demands, study completion requirements, and psychological pressure, which may increase the risk of depression and affect their quality of life. To determine the relationship between depression and quality of life among final-year medical students at the Faculty of Medicine, Al-Azhar Islamic University, Mataram. This study used an analytic observational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 135 final-year medical students selected using purposive sampling. Depression was assessed using the Beck Depression Inventory-II (BDI-II), while quality of life was measured using the World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test with SPSS version 25. The results showed a significant relationship between depression and quality of life, with a p-value of 0.033 ( $p < 0.05$ ) and a Spearman correlation coefficient ( $r_s$ ) of  $-0.566$ . This indicates a moderate negative correlation, meaning that higher levels of depression were associated with lower quality of life. There was a significant relationship between depression and quality of life among final-year medical students at the Faculty of Medicine, Al-Azhar Islamic University, Mataram.*

**Keywords:** depression; medical students; quality of life

### Abstrak

Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang sering terjadi pada mahasiswa kedokteran dan dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup. Mahasiswa tahap akhir memiliki beban akademik yang tinggi, tuntutan penyelesaian studi, serta tekanan psikologis yang berpotensi meningkatkan risiko depresi dan mempengaruhi kualitas hidupnya. Mengetahui hubungan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 135 mahasiswa tahap akhir yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Tingkat depresi diukur menggunakan Beck Depression Inventory-II (BDI-II), sedangkan kualitas hidup diukur menggunakan World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF). Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rank dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup mahasiswa, dengan nilai p-value = 0,033 ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi Spearman ( $r_s$ ) sebesar  $-0,566$ . Hasil ini menunjukkan adanya hubungan negatif dengan kekuatan korelasi sedang, dimana semakin tinggi tingkat depresi maka kualitas hidup semakin rendah. Terdapat hubungan signifikan antara

kejadian depresi dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram.

**Kata Kunci:** depresi; kualitas hidup; mahasiswa kedokteran

## PENDAHULUAN

*World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)* mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu mengenai posisinya dalam kehidupan yang berkaitan dengan konteks budaya dan sistem nilai tempat individu tersebut hidup, serta berhubungan dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian yang dimiliki. Kualitas hidup merupakan konsep multidimensional yang dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, tingkat kemandirian, hubungan sosial, serta interaksi individu dengan lingkungannya. Berbagai faktor dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, salah satunya adalah faktor psikologis seperti depresi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa depresi berhubungan dengan penurunan kualitas hidup individu (Sari et al., 2018; Fauzy & Fourianalistyawati, 2020).

Depresi merupakan gangguan mental yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, termasuk kondisi fisik, psikologis, kemampuan interaksi sosial, serta hubungan dengan lingkungan. Kondisi ini dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup, terutama pada kelompok rentan seperti mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami depresi berpotensi mengalami penurunan kualitas hidup pada domain fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi akademik dan fungsi sehari-hari (Pranata & Asfur, 2021).

Secara global, depresi merupakan salah satu penyebab utama kecacatan dan berkontribusi besar terhadap beban penyakit di dunia. *World Health Organization (WHO)* mendefinisikan

depresi sebagai gangguan mental umum yang ditandai dengan perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, perasaan bersalah atau rendah diri, gangguan tidur atau nafsu makan, serta penurunan konsentrasi (Utami et al., 2018; Ridney et al., 2020). Data dari *The National Alliance on Mental Illness* juga menyebutkan bahwa depresi mayor merupakan salah satu penyebab utama kecacatan di berbagai negara, termasuk negara berkembang (DeLuca et al., 2021).

Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami depresi. Hal ini disebabkan oleh beban akademik yang berat, tuntutan kompetensi yang tinggi, serta tekanan selama proses pendidikan. *WHO* melaporkan bahwa dari mahasiswa kedokteran di berbagai negara, sekitar 27% mengalami gejala depresi dan sekitar 11% memiliki pikiran untuk bunuh diri selama masa pendidikan (WHO, 2019). Selain itu, prevalensi depresi pada mahasiswa kedokteran dilaporkan berkisar antara 9% hingga 56% (Fekih et al., 2020). Kejadian depresi pada mahasiswa juga dilaporkan cukup tinggi di wilayah Asia Tenggara (Sri et al., 2022).

Di Indonesia, gangguan mental seperti depresi masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian. Data menunjukkan bahwa gangguan depresi terjadi pada kelompok usia di atas 15 tahun dengan jumlah yang cukup signifikan (Amalia et al., 2019). Selain itu, data rekam medis Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma Provinsi Nusa Tenggara Barat menunjukkan bahwa terdapat 1932 pasien yang terdiagnosis depresi dalam periode Januari hingga

November 2018, dengan distribusi kasus yang tersebar di beberapa wilayah, termasuk Lombok Barat, Lombok Tengah, Lombok Timur, Lombok Utara, Bima, Sumbawa, dan Dompu (Bafadal & Zulkifli, 2021).

Depresi pada mahasiswa dapat ditandai dengan berbagai gejala, seperti penurunan motivasi, penurunan kreativitas, gangguan tidur, perubahan nafsu makan, kelelahan, serta keluhan somatik lainnya. Kondisi tersebut dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup dan mengganggu proses pembelajaran mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran yang memiliki tuntutan akademik yang tinggi (Kaplan & Sadock, 2018).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara depresi dengan kualitas hidup, namun hasil penelitian tersebut masih menunjukkan variasi, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut pada populasi yang berbeda. Selain itu, penelitian mengenai hubungan antara depresi dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Penelitian dilaksanakan di

Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Sampel penelitian berjumlah 135 responden, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan tujuan penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner untuk mengukur tingkat depresi dan kuesioner untuk mengukur kualitas hidup. Tingkat depresi diukur menggunakan Beck Depression Inventory-II (BDI-II), yang merupakan instrumen untuk menilai tingkat depresi berdasarkan gejala yang dialami responden. Kualitas hidup diukur menggunakan World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF), yang digunakan untuk menilai persepsi individu terhadap kualitas hidupnya.

Data yang diperoleh kemudian diolah dan dianalisis menggunakan program Statistical Product and Service Solutions (SPSS) versi 25. Analisis data dilakukan secara bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel depresi dengan kualitas hidup. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi Spearman Rank, karena data berskala ordinal. Tingkat kemaknaan statistik ditentukan berdasarkan nilai  $p$ -value  $< 0,05$ , yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram pada tanggal 3 September 2023 dengan jumlah responden sebanyak 135 mahasiswa tahap akhir. Data yang

diperoleh selanjutnya dianalisis secara bivariat untuk mengetahui hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup responden.

**Tabel 1. Hubungan Kejadian Depresi dengan Kualitas Hidup**

Tingkat Depresi	Kualitas Hidup				Total		p-value	rs	
	Baik		Buruk		n	%			
	n	%	n	%					
Tidak Depresi	20	14,8	11	8,1	31	26,9			
Depresi Ringan	29	21,5	26	19,3	55	40,8			
Depresi Sedang	20	14,8	28	20,7	48	35,5			
Depresi Berat	0	0	1	0,7	1	0,7			
					<b>69</b>	<b>51,1</b>	<b>66</b>	<b>48,9</b>	<b>9</b>

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada pada kategori depresi ringan sebanyak 55 orang (58,8%), sedangkan kategori depresi berat merupakan yang paling sedikit yaitu sebanyak 1 orang (0,7%). Pada kelompok responden yang tidak mengalami depresi, sebagian besar memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 20 orang (14,8%). Sebaliknya, pada kelompok depresi sedang, proporsi responden dengan kualitas hidup buruk lebih tinggi dibandingkan kualitas hidup baik.

Hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank menunjukkan nilai p-value sebesar 0,033 ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Nilai koefisien korelasi Spearman (rs) sebesar -0,566 menunjukkan arah hubungan negatif dengan kekuatan korelasi sedang, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat depresi maka kualitas hidup mahasiswa cenderung semakin rendah.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 22,5 tahun, yang termasuk dalam kategori dewasa awal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Andiarna et al. (2020) yang melaporkan rata-rata usia mahasiswa sebesar 22

tahun. Menurut Krisdianto dan Mulyanti (2017), mahasiswa tahap akhir umumnya berada pada rentang usia 18–24 tahun, yang merupakan periode transisi menuju kedewasaan dengan berbagai tuntutan akademik dan psikososial.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Kedang et al. (2020) yang juga menemukan bahwa responden perempuan lebih dominan dibandingkan laki-laki. Kondisi ini dapat disebabkan oleh proporsi jumlah mahasiswa perempuan yang lebih banyak pada tahap akhir pendidikan. Selain itu, perempuan dilaporkan memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan laki-laki, yang berkaitan dengan faktor hormonal, seperti fluktuasi hormon estrogen yang dapat mempengaruhi kestabilan emosi dan respons terhadap stres (Pattanaseri et al., 2022). Faktor lain yang berperan adalah perbedaan mekanisme koping, dimana perempuan cenderung lebih sensitif terhadap stresor psikologis (Krisdianto & Mulyanti, 2017; Kedang et al., 2020).

Mayoritas responden berasal dari angkatan 2020, yang merupakan mahasiswa pada tahap akhir pendidikan sarjana kedokteran. Pada tahap ini, mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik, seperti penyelesaian

tugas akhir dan persiapan memasuki tahap profesi, yang berpotensi meningkatkan tekanan psikologis dan risiko depresi.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup mahasiswa, dengan nilai p-value sebesar 0,033. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,566 menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan korelasi sedang, yang berarti semakin tinggi tingkat depresi yang dialami mahasiswa maka kualitas hidupnya cenderung semakin menurun. Hasil ini menunjukkan bahwa depresi merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup mahasiswa.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Gan dan Hue (2019) yang menyatakan bahwa depresi berhubungan dengan penurunan kualitas hidup pada mahasiswa. Depresi dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, dan interaksi dengan lingkungan. Gejala depresi, seperti kelelahan, gangguan tidur, penurunan motivasi, dan kesulitan berkonsentrasi, dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup individu.

Namun demikian, kekuatan korelasi yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa kualitas hidup tidak hanya dipengaruhi oleh depresi, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti beban akademik, kondisi kesehatan, dukungan sosial, kondisi ekonomi, serta mekanisme koping individu (Annisa & Akbar, 2017). Selain itu, kondisi saat pengambilan data, seperti situasi akademik dan kondisi psikologis responden, juga dapat mempengaruhi persepsi kualitas hidup yang dilaporkan oleh responden.

Arah hubungan negatif pada penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan tingkat depresi berhubungan dengan penurunan kualitas hidup mahasiswa. Hal ini menunjukkan pentingnya upaya deteksi dini dan penanganan depresi pada mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran, untuk mencegah dampak yang lebih lanjut terhadap kualitas hidup dan proses pendidikan mereka.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahap akhir Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai p-value = 0,033 ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi ( $r_s$ ) = -0,566, yang menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan sedang. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat depresi, maka kualitas hidup mahasiswa cenderung semakin rendah.

### Saran

Institusi pendidikan diharapkan dapat meningkatkan dukungan terhadap kesehatan mental mahasiswa melalui layanan konseling dan program promosi kesehatan mental. Mahasiswa diharapkan dapat menjaga kesehatan mental dan mengelola stres dengan baik. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

Adi, A. A. N. H. B. (2023). *Gambaran kualitas hidup pada mahasiswa program studi kedokteran FK Undiksha* (Skripsi). Universitas

- Pendidikan Ganesha.
- Amalia, B., Irmansyah, I., & Hanafi, E. (2019). Prevalensi dan faktor risiko depresi di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Jiwa Indonesia*, 8(2), 45–52.
- Andiarna, F., Putri, R. M., & Sari, D. K. (2020). Hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup mahasiswa kedokteran. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 16(1), 23–29.
- Annisa, M., & Akbar, R. R. (2017). Gambaran tingkat depresi mahasiswa fakultas kedokteran. *Jurnal Medika Udayana*, 6(3), 45–50.
- Bafadal, M., & Zulkifli, A. (2021). Gambaran pasien depresi di Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma NTB. *Jurnal Kesehatan Masyarakat NTB*, 5(1), 12–18.
- DeLuca, J. S., Tang, J., Zoubaa, S., Dial, B., & Yanos, P. T. (2021). Reducing stigma in high school students: A cluster randomized controlled trial of the National Alliance on Mental Illness' Ending the Silence intervention. *Stigma and Health*, 6(2), 228–236.  
<https://doi.org/10.1037/sah0000290>
- Fauzy, R., & Fourianalistyawati, E. (2020). Hubungan antara depresi dengan kualitas hidup pada ibu hamil berisiko tinggi. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 206–214.
- Fekih, R. M., Zguira, M. S., & Abid, M. (2020). Depression among medical students: Prevalence and associated factors. *Journal of Affective Disorders*, 277, 113–118.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.019>
- Gan, G. G., & Hue, Y. L. (2019). Depression and quality of life among medical students. *Medical Journal of Malaysia*, 74(1), 23–28.
- Habsari, A. S., & Rumawas, M. E. (2021). Gambaran kualitas hidup pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 1(2), 105–114.
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2018). *Synopsis of psychiatry: Behavioral sciences and clinical psychiatry* (11th ed.). Wolters Kluwer.
- Kedang, E. F. S., Nurina, R. L., & Manafe, D. R. T. (2020). Analisis faktor risiko yang mempengaruhi kejadian depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran. *Cendana Medical Journal*, 8(2), 87–95.
- Krisdianto, M. A., & Mulyanti, M. (2017). Mekanisme koping dengan tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 3(2), 71–76.
- Nurdin, M. A., Arsin, A. A., & Thaha, R. M. (2018). Kualitas hidup mahasiswa dengan gangguan tidur. *Jurnal MKMI*, 14(2), 128–138.
- Pattanaseri, K., Atsariyasing, W., Pornnoppadol, C., Sanguanpanich, N., & Srifuengfung, M. (2022). Mental problems and risk factors for depression among medical students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Medicine*, 101(38), e30733.  
<https://doi.org/10.1097/MD.00000000000030733>
- Pranata, R. H., & Asfur, R. (2021). Pengaruh stres terhadap kejadian insomnia pada mahasiswa kedokteran. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 5(3), 63–69.
- Ridley, M., Rao, G., Schilbach, F., & Patel, V. (2020). Poverty, depression, and anxiety: Causal evidence and mechanisms. *Science*, 370(6522), eaay0214.  
<https://doi.org/10.1126/science.aay0>

214

Rokmawati, L. (2020). *Hubungan tingkat depresi dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi* (Skripsi). Universitas Alma Ata.

Sari, D. M. P., Lestari, C. Y. D., Putra, E. C., & Nashori, F. (2018). Kualitas hidup lansia ditinjau dari dukungan sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(2), 131–141.

Sri, W., Rahman, A., & Yusuf, M. (2022). Prevalensi depresi pada mahasiswa

kedokteran di Asia Tenggara. *Asian Journal of Psychiatry*, 65, 102824.

Utami, A. W., Gusyaliza, R., & Ashal, T. (2018). Hubungan kemungkinan depresi dengan kualitas hidup pada lansia. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(3), 417–423.

World Health Organization. (2019). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. WHO.