

# HUBUNGAN ANTARA *PET ATTACHMENT* DENGAN DEPRESI PADA DEWASA AWAL

## *THE RELATIONSHIP BETWEEN PET ATTACHMENT AND DEPRESSION IN EARLY ADULTHOOD*

Esti Maharani<sup>1</sup>, Kondang Budiyan<sup>2</sup>

Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
kondang@mercubuana-yogya.ac.id  
0895380744674

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* dengan depresi pada dewasa awal. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara *pet attachment* dengan depresi pada dewasa awal. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 84 yang memiliki karakteristik dewasa awal berusia 18-25 tahun yang memiliki hewan peliharaan anjing atau kucing dengan minimal pemeliharaan 6 bulan. Metode pemilihan subjek menggunakan metode *purpose sampling*. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan alat ukur *Beck Depression Inventory Second Edition (BDI-II)* dan *Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai koefisien korelasi  $r_{xy} = -0,288$  dengan  $p = 0.019$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan ada hubungan negatif antara *pet attachment* dengan depresi pada dewasa awal. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,052 yang menunjukkan bahwa kontribusi variabel *pet attachment* terhadap tingkat depresi sebesar 5,2%, dan sisanya 94,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci :** depresi, dewasa awal, *pet attachment*

### Abstract

*This study aims to examine the relationship between pet attachment and depression in early adulthood. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between pet attachment and depression in early adulthood. The subjects in this study consisted of 84 individuals with the characteristics of early adulthood, aged 18-25 years, who owned a pet dog or cat for at least 6 months. The sampling method used was purposive sampling. The data collection method in this study utilized the Beck Depression Inventory Second Edition (BDI-II) and the Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS). The data analysis technique used in this study was the Pearson product-moment correlation. Based on the data analysis results, a correlation coefficient of  $r_{xy} = -0.288$  with  $p = 0.019$  ( $p < 0.05$ ) was obtained. This indicates a negative relationship between pet attachment and depression in early adulthood. The coefficient of determination ( $R^2$ ) was 0.052, indicating that the contribution of the pet attachment variable to depression levels is 5.2%, while the remaining 94.8% is influenced by other factors not explored in this study.*

**Key words:** depression, early adulthood, *pet attachment*

### PENDAHULUAN

Bagi kebanyakan orang peralihan menuju kedewasaan merupakan proses yang cukup memakan waktu lama. Peralihan ini dikenal sebagai masa dewasa awal, biasanya masa dewasa awal terjadi antara usia 18

hingga 25 tahun (Santrock, 2011). Menurut Hurlock (1991) masa dewasa awal masa pencarian, pemantapan, dan masa reproduktif yaitu suatu masa dengan penuh permasalahan serta ketegangan emosional yang dikenal juga sebagai periode isolasi

sosial, komitmen dan masa masa ketergantungan akan perubahan. Selain itu masa dewasa awal juga dikenal sebagai masa penyesuaian diri terhadap pola kehidupan yang baru.

Menurut Utomo dan Meiyuntari (2015) dengan kondisi banyaknya tugas-tugas perkembangan dalam masa dewasa awal yang perlu dilakukan, maka akan banyak potensi masalah yang mungkin timbul dalam upaya pemenuhannya. Seperti halnya menganggap dirinya gagal, rendah diri, tidak menghargai dirinya sendiri, merasa sedih dan kecewa. Pada masa dewasa awal, individu sering menghadapi konflik dan krisis, diantaranya kewalahan dengan tanggung jawab baru serta mengkhawatirkan masa depannya. Namun jika tidak bisa mengatasinya dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi, kesulitan dalam regulasi emosi berpengaruh pada peningkatan resiko depresi (Sya'diyah & Ariyanti, 2022). Menurut penelitian Simanjuntak dan Noveyani (2023) depresi cenderung lebih berdampak pada individu dewasa awal dibandingkan dengan kelompok usia dewasa lainnya.

Menurut Beck dan Alford (2009) depresi merupakan perubahan secara spesifik mengenai suasana hati seperti kesedihan, kesepian, merasa acuh, memiliki konsep diri negatif yang terkait dengan menyalahkan diri dan rasa bersalah terhadap diri sendiri. Dampak buruk yang

ditimbulkan dari depresi diantaranya yaitu gangguan interpersonal seperti merasakan sedih berkepanjangan, mudah tersinggung dan menghindari aktivitas sosial, hingga memunculkan ide bunuh diri karena merasa kesepian dan putus asa. Individu yang depresi juga cenderung memiliki perilaku yang negatif seperti melakukan tindakan kekerasan dan agresif (Dirgayunita, 2016).

Menurut Beck dan Alford (2009) terdapat berbagai gejala depresi yaitu meliputi gejala emosional seperti mengalami perubahan perasaan atau suasana hati yang suram, gejala kognitif seperti berpikir negatif dan menyalahkan diri sendiri, gejala motivasi seperti memiliki motivasi yang rendah, gejala fisik yaitu gejala yang terkait dengan aspek fisik dan perilaku mereka, gejala delusi serta gejala halusinasi. Seharusnya individu pada tahap dewasa awal telah mencapai kematangan dalam berbagai aspek baik fisik, psikologis, maupun sosial. Dari segi fisik individu dewasa awal sudah mampu untuk melakukan reproduksi, secara psikologis individu dewasa awal seharusnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi, selain itu dalam konteks sosial, individu dewasa awal juga diharapkan dapat membangun hubungan interpersonal yang lebih erat (Sheila & Rangkuti, 2013).

Namun, menurut data WHO (2017), dari 450 juta penduduk dunia, terdapat sekitar 264 juta orang yang mengalami

depresi, Indonesia sendiri berada dalam peringkat ke lima dan terdapat sekitar 9.162.886 kasus gangguan depresi yang mewakili sekitar 3,7% dari populasi. Hasil dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) secara nasional, prevalensi depresi di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 1,4%, prevalensi depresi paling tinggi ada pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu sebesar 2%. Penelitian yang dilakukan oleh Peltzer & Pengpid (2018) menunjukkan bahwa, tingkat depresi tinggi di Indonesia ditemukan pada rentang dewasa awal dengan rata-rata 21,8%. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Prayogi dkk., (2020) ditemukan bahwa dari 386 subjek, tingkat depresi tertinggi berada pada usia 20 hingga 21 tahun dengan jumlah 57,22%.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 4 Juni 2024 secara *online* disusun berdasarkan pada gejala depresi menurut Beck dan Alford (2009) yaitu gejala emosional, gejala kognitif, gejala motivasi dan gejala fisik. Wawancara dilakukan pada 9 individu dewasa awal yang berusia 18 hingga 25 tahun. Pada wawancara tersebut terdapat 7 dari 9 individu dewasa awal yang mengalami tanda-tanda mengarah pada depresi sedangkan 2 lainnya menjawab dengan ragu-ragu. Ketujuh subjek tersebut merasakan adanya gejala depresi pada dirinya yang dimulai dari gejala emosional dimana mereka merasa sedih yang berlarut-

larut hingga dua minggu lamanya, selain itu juga memiliki perasaan negatif terhadap diri sendiri dan perasaan yang tidak puas pada diri mereka. Sedangkan pada gejala kognitif mereka sering menyalahkan diri sendiri dan memiliki ekspektasi rendah lalu pada aspek motivasi yaitu sering merasakan kehilangan semangat untuk beraktivitas. Selanjutnya pada aspek fisik mereka sering mengalami gangguan tidur seperti insomnia hingga kehilangan nafsu makan. Berdasarkan hasil wawancara pada individu dewasa awal tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuh diantaranya menunjukkan gejala-gejala depresi sebagaimana dikemukakan oleh Beck dan Alford (2009).

Menurut Durand & Barlow (2013), terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan depresi seperti faktor biologis dimana individu yang memiliki anggota keluarga yang pernah mengalami depresi memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami hal serupa, faktor psikologis yang mencakup lingkungan yang *stressfull*, perasaan ketidakberdayaan, dan pola pikir yang negatif, selanjutnya faktor sosial kultural mencakup berbagai masalah sosial seperti hubungan interpersonal, interaksi dengan anggota keluarga, pengaruh budaya setempat dan dukungan sosial.

Berdasarkan uraian faktor di atas, salah satu faktor yang mempengaruhi depresi adalah dukungan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Nurlayli dan Hidayati

(2014) diperoleh hasil bahwa dukungan sosial (*social support*) dapat diperoleh dari memelihara hewan peliharaan. Pernyataan tersebut sejalan dengan pendapat McConnell dkk., (2011), yang menjelaskan bahwa hewan peliharaan mampu melengkapi sumber dukungan sosial bagi manusia dengan memberikan kontribusi unik yang berbeda dengan apa yang diberikan manusia, kontribusi ini tidak hanya dapat membawa kebahagiaan bagi pemilik hewan, tetapi juga berpotensi mengurangi resiko depresi. Dukungan sosial mencakup berbagai bentuk, salah satunya adalah dukungan emosional (Sarafino dan Smith, 2011). Menariknya dukungan emosional tidak hanya berasal dari hubungan antar manusia, tetapi juga dapat ditemukan melalui interaksi dengan hewan peliharaan (Carter, 2016).

Johnson, Garrity, dan Stallone (1989), mendefinisikan *pet attachment* sebagai kelekatan yang terjalin antara pemilik dengan hewan peliharaannya, hubungan ini mencerminkan keterikatan timbal balik yang lebih dalam, dimana manusia dan hewan peliharaan akan cenderung saling bergantung dan membentuk ikatan emosional. Sedangkan menurut Mc Cartney dan Dearing, (2002) hubungan kelekatan antara seseorang dengan hewan peliharaan ini digambarkan seperti halnya ikatan antar manusia, terutama dalam hal saling memberikan rasa aman, perlindungan serta menciptakan hubungan timbal balik yang saling menguntungkan. Menurut Karen,

(2010) ketika individu merasa dukungan sosial dari sesama manusia berkurang, maka hewan peliharaan dapat menggantikan peran manusia sebagai sumber dukungan sosial yang berharga bagi pemiliknya.

Merujuk pada teori Johnson, T., Garrity, T. & Stallones, L., (1992) terdapat tiga aspek yang menggambarkan *pet attachment* antara manusia dan hewan peliharaan yaitu a) *general attachment*, menggambarkan kelekatan yang terjalin antara individu terhadap hewan peliharaannya secara umum yang ditandai dengan saling menyayangi dan merasa disayangi satu sama lain. b) *people substituting*, menunjukkan peran hewan peliharaan yang semakin sentral dalam kehidupan pemiliknya, hingga terkadang mampu menggantikan posisi manusia. c) *animals rights*, merupakan sebuah gambaran mengenai hak dan status hewan peliharaan dalam kehidupan sehari-hari pemiliknya.

Menurut Branson dan Turner (2017) seseorang yang memasuki dewasa awal yang terisolasi mungkin terbatas dengan dukungan sosial manusia seperti pertemanan. Dengan adanya pendamping hewan peliharaan maka dapat mengurangi depresi dan kesepian dengan menyediakan dukungan sosial melalui hewan peliharaan untuk memenuhi kebutuhan sosial. Berdasarkan penelitian Souter dan Miller (dalam Branson dan Turner 2017) dapat disimpulkan bahwa intervensi dengan bantuan hewan sangat signifikan terkait

dengan berkurangnya gejala depresi. Seperti pendapat Sable (2012), hewan peliharaan terbukti efektif dalam mengurangi depresi, perasaan kesepian serta kecemasan.

Berdasarkan pada penjelasan dari latar belakang penelitian, maka rumusan masalah yang akan menjadi topik penelitian yaitu apakah terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan tingkat depresi pada dewasa awal?

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Menurut Azwar (2023) skala merupakan instrumen pengukur yang terdiri dari serangkaian pertanyaan yang dirancang untuk mengungkap atribut tertentu melalui respons individu terhadap pertanyaan tersebut. Dalam penelitian ini, bentuk skala yang akan digunakan adalah skala *likert*.

Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala *Beck Depression Inventory Second Edition* (BDI-II) yang disusun oleh Beck dkk (1967), lalu pada tahun 1996 BDI direvisi kembali dengan tujuan agar menjadi lebih konsisten dengan kriteria dalam DSM-IV. Beck, Steer dan Brown (1996) dan skala *Lexington Attachment to Pets Scale* (LAPS) yang telah diadaptasi oleh Santika, M. (2022) dari alat ukur *Lexington Attachment to Pets Scale* (LAPS) milik Johnson, Garrity, dan Stallones (1992). Metode analisis data

menggunakan metode statistik korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program IBM SPSS 27 (*Statistical Product and Service Solution version 27*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pada data deskriptif yang di peroleh dari skala *Beck Depression Inventory Second Edition* (BDI-II), hasil kategorisasi dari skala *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) pada 84 subjek menunjukkan bahwa 19 individu dewasa awal (22,6%) memiliki gejala depresi minimal, 9 individu dewasa awal (10,7%) memiliki gejala depresi ringan, 22 individu dewasa awal (26,2%) memiliki gejala depresi sedang dan 34 individu dewasa awal (40,5%) memiliki gejala depresi berat. bahwa pada penelitian ini sebagian besar individu dewasa awal memiliki kategorisasi gejala depresi berat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar individu dewasa awal memiliki kategorisasi gejala depresi sedang hingga berat.

Tabel 1. Kategorisasi Skala Depresi

Kategori	Skor	N	Presentase
Depresi Minimal	0-13	19	22,6%
Depresi Ringan	14-19	9	10,7%
Depresi Sedang	20-28	22	26,2%

Depresi Berat	29-63	34	40,5%
<b>Total</b>		<b>84</b>	<b>100%</b>

Selanjutnya, hasil kategorisasi pada skala *Lexington Attachment to Pets Scale* (LAPS) menunjukkan bahwa 29 individu dewasa awal (34,5%) memiliki *pet attachment* dalam kategorisasi tinggi, 50 individu dewasa awal (59,5%) memiliki *pet attachment* dalam kategorisasi sedang dan 5 individu dewasa awal (6%) memiliki *pet attachment* dalam kategorisasi rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar individu dewasa awal memiliki tingkat *pet attachment* dalam kategorisasi sedang.

Tabel 2. Kategorisasi *Skala Pet Attachment*

Kategori	N	Presentase
Tinggi	29	34,5%
Sedang	50	59,5%
Rendah	5	6%
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Hasil dari uji normalitas pada variabel depresi diperoleh K-SZ = 0,097 dengan nilai signifikansi (p) = 0,051, dan untuk variabel *pet attachment* diperoleh K-SZ = 0,090 dengan nilai signifikansi (p) = 0,088 yang berarti kedua variabel mengikuti sebaran data yang normal. Berdasarkan hasil

uji linearitas yang dilakukan terhadap kedua variabel diperoleh hasil *pet attachment* dengan depresi diperoleh F = 4,171 dengan nilai signifikansi (p) = 0,047 (p < 0,050), hal ini menunjukkan bahwa hubungan *pet attachment* dengan depresi memiliki hubungan yang linier.

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product-moment* Pearson dari data penelitian, diperoleh koefisien korelasi variabel *pet attachment* dengan depresi (rxy) = -0,288 dengan nilai signifikansi (p) = 0,019 (p < 0,050), yang berarti ada hubungan korelasi negatif yang signifikan antara *pet attachment* dengan depresi. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *pet attachment* maka semakin rendah tingkat depresi begitu juga sebaliknya semakin rendah *pet attachment* maka semakin tinggi tingkat depresi. Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan koefisien determinasi (R<sup>2</sup>) sebesar 0,052 yang menunjukkan bahwa kontribusi variabel *pet attachment* terhadap tingkat depresi sebesar 5,2%, sementara sisanya 94,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *pet attachment* memiliki hubungan dengan depresi. Berdasarkan penelitian Krause-Parello (2012) dimana *pet attachment* dapat menjadi strategi koping depresi, karena hewan peliharaan memberikan dukungan sosial, kontak fisik, kenyamanan, dan dapat

membantu mengurangi gejala depresi, khususnya di kalangan orang dewasa. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wahidah (2024) menyatakan bahwa individu dengan keterikatan yang tinggi terhadap hewan peliharaan dapat mengurangi depresi yang dirasakan, dengan menghabiskan waktu dengan hewan peliharaan membawa perasaan positif bagi pemiliknya karena hewan peliharaan dapat membawa perasaan senang, menghilangkan rasa penat.

Berdasarkan pada pembahasan dapat disimpulkan bahwa *pet attachment* memprediksi tingkat depresi pada individu dewasa awal secara signifikan. Namun, kontribusi *pet attachment* terhadap pengaruh depresi masih terbatas, hal ini dikarenakan faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti, faktor psikologis, biologis, usia, jenis kelamin, status pernikahan, status sosial dan ekonomi.

## KESIMPULAN

Dalam penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *pet attachment* dengan depresi pada dewasa awal. Dengan demikian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Artinya, semakin tinggi *pet attachment* maka semakin rendah depresi yang dialami individu dewasa awal. Sebaliknya, semakin rendah *pet attachment*,

maka semakin tinggi depresi pada individu dewasa awal.

Untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melanjutkan penelitian mengenai *pet attachment* dan depresi dengan mengeksplorasi berbagai faktor lain yang dapat mempengaruhi depresi pada dewasa awal. Masih banyak faktor yang belum dilibatkan dalam penelitian ini. seperti, faktor psikologis, biologis, usia, jenis kelamin, status pernikahan, status sosial dan ekonomi. Selain itu, bagi peneliti berikutnya dapat mempertimbangkan untuk menggunakan subjek yang berbeda dari penelitian ini, seperti remaja atau lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2023). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment*. University of Pennsylvania Press.
- Branson, S. M., Boss, L., Cron, S., & Turner, D. C. (2017). Depression, loneliness, and pet attachment in homebound older adult cat and dog owners. *Journal of Mind and Medical Sciences*, 4(1), 38-48.
- Carter, M. (2016). Why the relationship between owners and pets is always an unconditional one. Diambil dari <https://www.independent.co.uk/property/house-and-home/pets/why-petsunconditionally-love-their-owners-dogscats-a7447406.html>
- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, penyebab dan penanganannya. *Journal An-Nafs*:

- Kajian Penelitian Psikologi*, 1(1), 1-14.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2013). *Essentials of abnormal psychology* 6th ed. *Wadsworth: Cengage Learning*
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang. Kehidupan. Jakarta: Erlangga.*
- Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). *Psychometric evaluation of the Lexington attachment to pets scale (LAPS)*. *Anthrozoös*, 5(3), 160-175.
- Karen, C. H. (2010). Relationship of pet attachment and self-esteem among adolescents in Hong Kong. *Hong Kong: Hong Kong Baptist University.*
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Fact Sheet Kesehatan Jiwa Remaja Tahun 2023. Ski 2023.*  
<https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Krause-Parello, C. A. (2012). Pet ownership and older women: the relationships among loneliness, pet attachment support, human social support, and depressed mood. *Geriatric Nursing*, 33(3), 194-203.
- Mc Cartney, K., & Dearing, E. (2002). *Child Development*. USA: Mc Millan Reference.
- Mc Connell, A. R., Brown, C. MA., Shoda, T. M., Stayto, L. E., dan Martin, C. E. (2011). Fiend benefit: on the positive consequences of pet ownership. *Journals of personality and social psychology*, 101, 1239-1252
- Nurlayli, R. K., & Hidayati, D. S. (2014). Kesepian pemilik hewan peliharaan yang tinggal terpisah dari keluarga. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 21-35.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). High prevalence of depressive symptoms in a national sample of adults in Indonesia: Childhood adversity, sociodemographic factors and health risk behaviour. *Asian Journal of Psychiatry*, 33, 52-59.
- Prayogi, A. R. I. Y., Hardini, P. P., Alamiyyah, M., Sari, K. I., Haqi, D. N., & Sari, J. D. (2020). Determinan tingkat depresi mahasiswa pada masa pandemi Covid-19 (studi kasus mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya). *Journal Of Community Mental Health And Public Policy*, 2(2), 1-9.
- Sable, P. 2012. *The Pet Connection: An Attachment Perspective*. *Clinical Social Work Journal* 41. Hal-41. doi:10.1007/s10615- 012-0405-2
- Santika, M. (2020). *Kelekatan Dengan Hewan Peliharaan Sebagai Prediktor Status Sehat Mental Dan Kualitas Hidup Pada Dewasa Awal di Kota Bandung*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development (13rd ed.)*. New York: McGrawHill Education
- Sarafino, E.P., & Smit, T.W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial interaction. Seventh Edition*. US: John Wiley & Sons. Inc
- Simanjuntak, T. D., Noveyani, A. E., & Kinanthi, C. A. (2023). Prevalensi dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Simtom Depresi pada Penduduk di Indonesia (Analisis Data IFLS 5 Tahun 2014-2015). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 6(2), 97-104.
- Sya'diyah, H., Hanggarani, N. R., & Ariyanti, A. F. (2022). Kesulitan regulasi emosi pada dewasa awal

dengan moderate depression.  
*MEDIAPSI*, 8(1), 16-27

Utomo, R. H. R. P., & Meiyuntari, T. (2015).  
Kebermaknaan hidup, kestabilan  
emosi dan depresi. *Persona: Jurnal  
Psikologi Indonesia*, 4(03).

Wahidah, R. (2024). *Pengaruh Pet  
Attachment Terhadap  
Psychological Well Being Pemilik  
Hewan Peliharaan Di Kota Gresik*.  
Universitas Muhammadiyah Gresik.

WHO (2017). *Depression and Other  
Common Mental Disorders*. Global  
Health Estimates. Geneva: World  
Health Organization.