

MOOC UNAIR

# DEPRESI

MENGENAL PENANGANAN DINI GANGGUAN JIWA



Kampus  
Merdeka  
INDONESIA JAYA



# Pokok Bahasan

Definisi Depresi

Resiko Depresi

Gejala Depresi

Penyebab Depresi



Kampus  
Merdeka  
INDONESIA JAYA

# Apa itu Depresi

Gangguan Mood

Depresi Mayor

Secara negatif mempengaruhi pola perasaan, pola pikiran dan perilaku

Perasaan sedih berkepanjangan

kehilangan minat atau semangat

Menurunnya fungsi hidup sehari-hari

Simptom bertahan selama minimal 2 minggu



# Resiko Depresi



1 dari 15 orang dewasa  
(6.7%) dalam 1 tahun



1 dari 6 orang (16.6%) akan  
mengalami depresi pada  
suatu waktu dalam hidup



Pertama muncul selama  
aremaja akhir  
sd pertengahan usia 20an.



Perempuan lebih beresiko





### **Perubahan Suasana Hati**

Merasa putus asa,  
kesedihan,  
ketidakpuasan,  
perubahan suasana hati  
atau rasa bersalah,

123

### **Perubahan Minat**

Perubahan aktivitas sehari2  
secara drastis, kehilangan  
minat, kehilangan  
kesenangan melakukan  
aktivitas



### **Perubahan Pola Tidur**

bangun tidur lebih awal,  
insomnia, mengantuk secara  
berlebihan atau tidur tidak  
nyenyak



### **Perubahan Pola Makan**

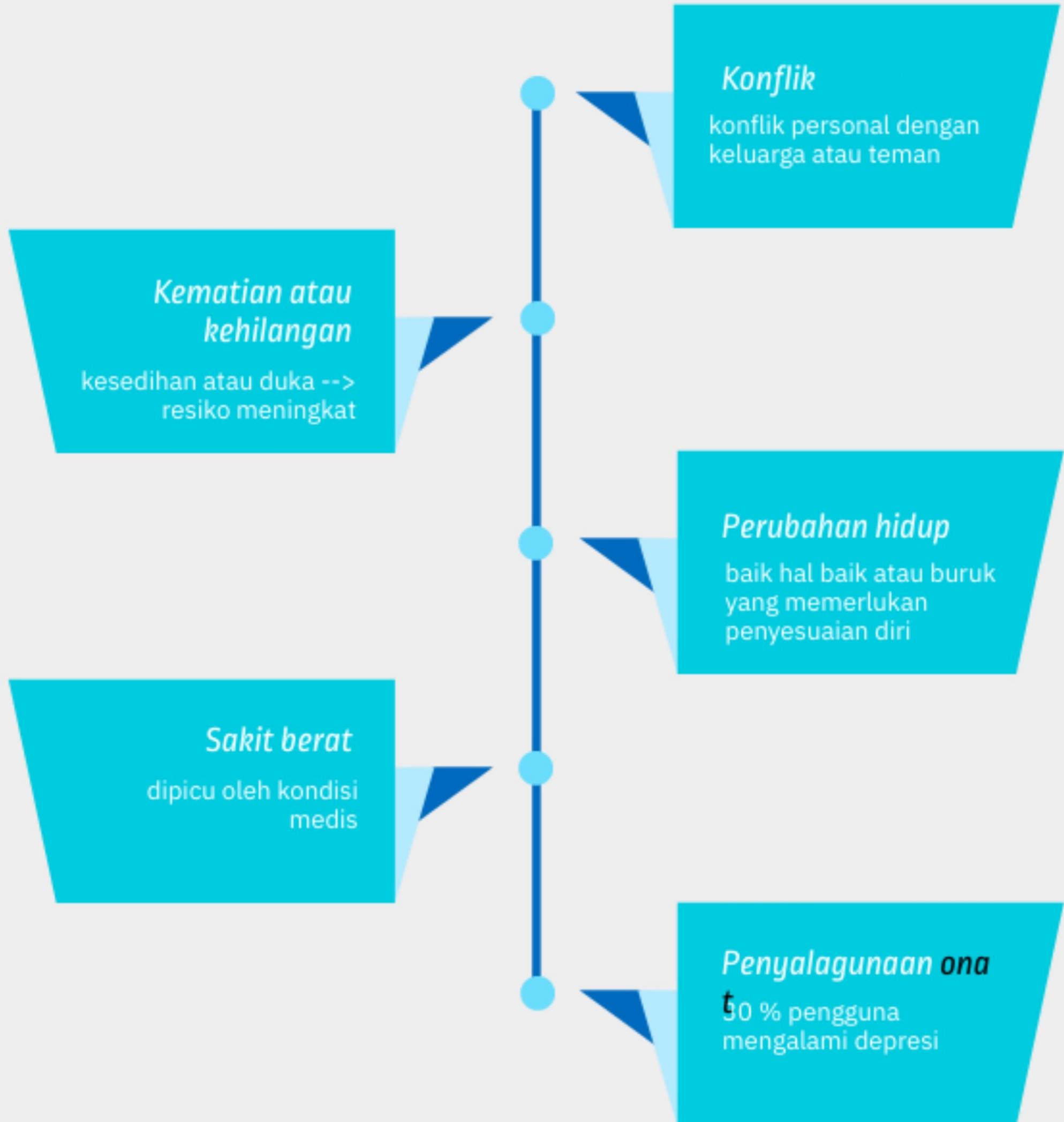
Kehilangan selera makan,  
atau makan berlebihan



### **Kehilangan Makna Hidup**

Merasa tidak berguna, tidak  
memiliki tujuan hidup atau  
merasa tidak penting

# Tanda / Gejala Depresi



# Penyebab Depresi