

# Depresi Jadi Fokus Hari Kesehatan Mental Sedunia 2012



Oleh :  
Sugiyanto, M.Pd  
([www.uny.ac.id](http://www.uny.ac.id))

# Depresi Jadi Fokus Hari Kesehatan Mental Sedunia 2012



tema : "DEPRESSION : A  
Global Crisis"

- lebih dari 350 juta orang didunia (2012) dari berbagai usia mengalami depresi. sekitar 5% dari total penduduk dunia.
- lebih dari separuh penderita depresi tidak mendapatkan pengobatan atau solusi, sehingga kebanyakan dari mereka gagal sembuh dari penyakitnya

- Survei terbaru di tahun 2006 ini WHO mengungkapkan, sejumlah 26 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan jiwa. Prediksi WHO dalam dua dekade mendatang diperkirakan lebih dari 300 juta penduduk dunia menderita depresi. Pada tahun 2020 depresi akan menempati masalah kesehatan nomor dua terbesar setelah penyakit kardiovaskuler.

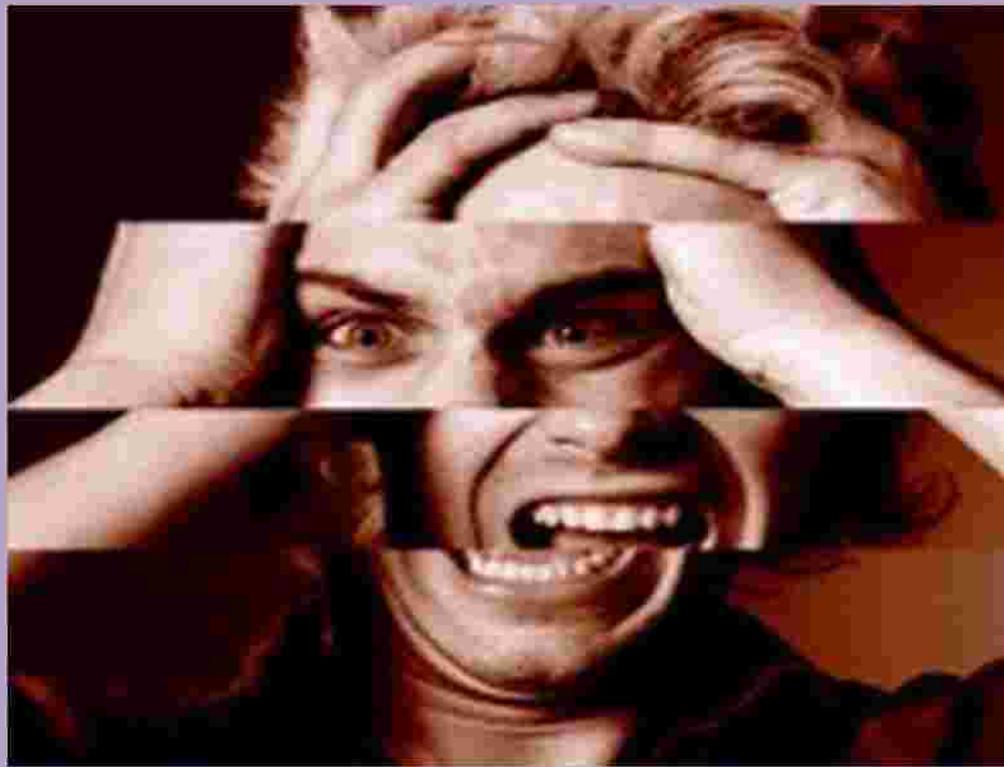
- Para peneliti WHO menyebutkan, wanita lebih rentan menghadapi gangguan mental dibandingkan laki-laki. WHO menunjukkan, satu dari lima perempuan yang melahirkan mengalami depresi postpartum.

# Depresi

Adalah gangguan kesehatan jiwa umum dimana seseorang mengalami perasaan kehilangan minat, penurunan energi, perasaan bersalah atau rasa rendah diri, gangguan tidur, penurunan nafsu makan, dan tidak bisa konsentrasi. Selain itu, depresi sering disertai dengan gejala kecemasan. Masalah-masalah ini dapat menjadi kronis atau berulang dan menyebabkan gangguan secara serius dalam kemampuan individu untuk mengurus tanggung jawab sehari-hari.

- World Federation for Mental Health (WFMH), sebuah organisasi global kesehatan jiwa dengan anggota lebih dari 150 negara. Tujuannya, agar masyarakat dunia menaruh perhatian lebih terhadap masalah kesehatan jiwa dan dampaknya terhadap kehidupan kita sehari-hari.

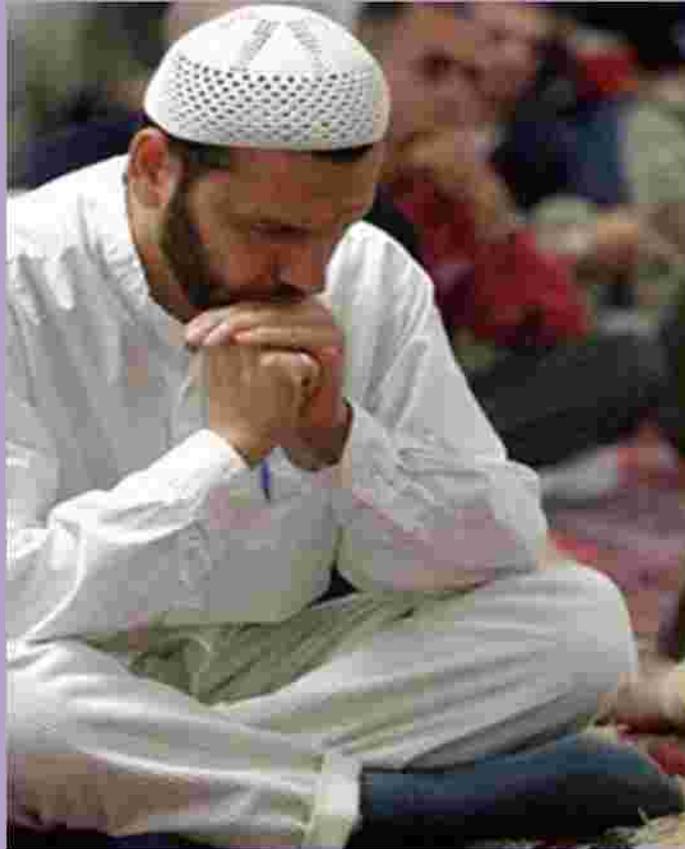
- Kemenkes: 11,6% penduduk alami gangguan kesehatan jiwa





- Saat ini diperkirakan sebanyak 11,6% penduduk Indonesia yang berusia di atas 11 tahun, mengalami gangguan kesehatan jiwa.

- WHO menemukan adanya keterkaitan depresi dengan bunuh diri. WHO mencatat, depresi ikut menyumbang penyebab bunuh diri 1 juta orang setiap tahunnya.
- WHO menyimpulkan, pemahaman yang tepat tentang depresi sangat penting, dan penderita harus memiliki akses terhadap pengobatan yang efisien.



Orang yang rajin ikut kegiatan keagamaan lebih optimistis dan sehat