

SELF ACCEPTANCE TRAINING FOR DEPRESSION BREAKDOWN TO THE PATIENT WITH REMISION

Debri Setia Ningrum

ABSTRACT

The purposed of this study are to know a) the different of depression in eksperiment group and control group; b) the different of depression in pretest eksperiment group and posttest eksperiment group.

These researchs have two variables. They are independent variable and dependent variable. The independent variable is self acceptance training and depression as a dependent variable. These researchs is quasi Eksperimental with pretest-posttest design. The total subjeks are 14 of depression patients at Arif Zainuddin Hospital. DBI-II and Self Acceptance Scale used for collect the data from the subject. There are two hyphotesis. The first, there are the different of depression in eksperiment group and control group. The second, there are the different of depression in pretest eksperiment group and posttest eksperiment group.

The first conclusion is there first accepted. The report used Mann-Whitney U Test showed skor Z -3,144 with p 0,001 ($p < 0,05$). It,s the mean that there are different between depression patients got the self acceptance training and didn't get it. The eksperiment group have lower depression (mean = 23) than control group (mean = 29,14). The second conclusion showed the second hyphotesis accepted. There are the different depression to the pretest and posttest in eksperiment group. The pretest eksperiment group have depression higher (mean = 26,86) than posttest eksperiment group (mean = 23).

Keywords : self acceptance training, depression.

PELATIHAN PENERIMAAN DIRI UNTUK MENURUNKAN DEPRESI PADA PASIEN DEPRESI DENGAN STATUS REMISI

Debri Setia Ningrum

ABSTRAKSI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui a) ada atau tidaknya perbedaan tingkat depresi pada pasien yang mendapatkan pelatihan penerimaan diri (kelompok eksperimen) dengan pasien yang tidak mendapatkan pelatihan penerimaan diri (kelompok kontrol); b) ada atau tidaknya perbedaan tingkat depresi pada kelompok eksperimen antara sebelum pelatihan (*pretest*) dengan setelah pelatihan (*posttest*).

Penelitian ini memiliki satu variabel bebas yaitu pelatihan penerimaan diri, dan satu variabel terikat yaitu depresi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *quasi experimental* dengan *pretest-posttest design*. Jumlah subjek dari penelitian ini sebanyak 14 orang. Pengumpulan data dilakukan langsung pada subjek penelitian, dengan menggunakan BDI-II dan Skala Penerimaan Diri. Terdapat dua hipotesis dalam penelitian ini. Pertama, ada perbedaan tingkat depresi setelah mendapatkan perlakuan pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Kedua, ada perbedaan tingkat depresi pada kelompok eksperimen antara sebelum pelatihan (*pretest*) dengan setelah pelatihan (*posttest*).

Hasil penelitian menunjukkan hipotesis pertama diterima. Ada perbedaan tingkat depresi pada setelah mendapatkan perlakuan pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Hasil analisis statistik dengan *Mann-Whitney U Test* menunjukkan nilai Z sebesar -3,144 dengan p sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen setelah mendapatkan perlakuan. Tingkat Depresi setelah mendapatkan pelatihan pada kelompok eksperimen lebih rendah ($mean = 23$) daripada pasien pada kelompok kontrol ($mean = 29,14$). Hipotesis kedua diterima. Ada perbedaan tingkat depresi pada kelompok eksperimen antara sebelum pelatihan (*pretest*) dengan setelah pelatihan (*posttest*). Hasil analisis data dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank* menunjukkan nilai Z sebesar -2,388 dengan signifikansi 0,017 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan signifikan tingkat depresi subjek sebelum dilakukan pelatihan penerimaan diri dengan setelah dilaksanakan pelatihan tersebut. Tingkat depresi pada kelompok eksperimen sebelum pelatihan lebih tinggi ($mean = 26,86$) dibandingkan setelah pelatihan ($mean = 23$).

Kata kunci: pelatihan penerimaan diri, depresi.