

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Hipotesis pertama diterima. Ada perbedaan tingkat depresi setelah perlakuan pada pasien yang mendapatkan pelatihan penerimaan diri dengan pasien yang tidak mendapatkan pelatihan penerimaan diri. 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 tingkat depresi setelah perlakuan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Depresi setelah perlakuan pada pasien yang mendapat pelatihan penerimaan diri lebih rendah ($mean = 23$) daripada pasien yang tidak mendapat pelatihan penerimaan diri ($mean = 29,14$).
2. 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 ($mean = 23$).

B. Saran

1. Bagi RSJ Arif Zainuddin Surakarta

Pada kenyataannya keluarga pasien umumnya tidak segera menjemput pasien dengan status remisi, sehingga pasien tersebut banyak yang menunggu lama untuk dijemput dan kondisi ini menstimulus peningkatan depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan penerimaan diri dapat menurunkan depresi yang dialami pasien depresi dengan status remisi. Dengan demikian manajemen RSJ dapat mengadakan pelatihan penerimaan diri sebagai salah satu alternatif penurunan depresi yang dialami pasien depresi dengan status remisi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya sebaiknya dalam melakukan pelatihan penerimaan diri dilakukan di ruangan yang khusus agar pasien dapat bergerak secara leluasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, J., & Folds, L. (2014). Depression, self-efficacy, and adherence in patients with type 2 diabetes. *The journal for nurse practitioners*, 07: 33-42.
- Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal psikologi*, 1 (1), 1-4.
- Agustiani, H. (2006). *Psikologi perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Agoes, D. (2007). *Psikologi perkembangan anak usia tiga tahun pertama*. Jakarta: Refika Aditama.
- American Psychiatric Association*. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder*. Washington DC: American Psychiatric Publishing, Inc.
- Anastasi, A. (2002). *Psychological testing*. New York: Mac.Milan Publishing Co.Inc.
- Angelia, P. (2015). Pelatihan penerimaan diri pada pasien depresi di RSJ Cisarua Jawa Barat. *Thesis*. Bandung: Universitas Padjajaran.
- Arikunto. (2008). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arthur, W., Amri, K., & Nurdin, S.T. (2003). *Pelatihan*. Yogyakarta: Ekonesia.
- Azwar, S. (2003). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. *Encyclopedia of Human Behavior*, 4, (3), 71-81.
- Bandura, A. (1999). Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of personality and social psychology*, 76 (2), 258-269.
- Beck, A.T. (1985). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A.T., Steer, R.A., & Brown, G.K. (1996). *Manual for the beck depression inventory – II*. San Antonio TX: Psychological Corporation.
- Boeree, G. (2004). *Personality theory*. Yogyakarta: Primasophi.
- Copel, F. (2007). *Terapi kognitif untuk pasien depresi*. Jakarta: EGC.

- Corey, G. (2009). *Theory and practice: Counseling and psychotherapy*. Bandung: Refika Aditama.
- Corsini, J. R. (1989). *Personality theoris, research and assessment*. Itasca, IL: Peacock Publishers.
- Damacela, L.E., Tindale, T.S., & Suarez-Balcazar, Y. (2000). Decisional and behavioral procrastination: How they relate to self-discrepancies. *Journal of social behavior and personality*. 15, 225–238.
- Feist, J., & Feist, G.J. (2010). *Teori kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Flett, G.L., Basser, A., & Davis, P.L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional, self-acceptance, and depression. *Journal of rational-emotive & cognitive-behavior therapy*, 21 (2), 119-138.
- Gallo. (1998). *Gerontologi*. Jakarta: EGC.
- Grothe, L., & Varey. (2005). *Depression: Theory and research*. New Jersey: Merrill-Prentice Hall.
- Hadi, S. (2003). *Metodologi research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Hall, C.S. (2009). *A primer of fredian psychology*. New York: Plum Publisher.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen stres, cemas dan depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Idrus, M.F. (2016). *Depresi pada penyakit parkinson*. Makasar: Bahan Ajar Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddi.
- Kartono, K. (2002). *Patologi sosial 3: Gangguan-gangguan kejiwaan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Keliat, B.A., & Akemat. (2005). *Keperawatan jiwa: Terapi akitivitas kelompok*. Jakarta: EGC.
- Kojima, H. (2002). *Psychological testing*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Karimar, H. (2012, 6 Oktober 2012). Jumlah penduduk yang depresi meningkat. Kompas.
- Kurniawan, S. (2015, 26 Juni). 17,4 juta orang alami stres dan depresi. Kompas.

- Larasati, A.B. (2009). *Prinsip-prinsip belajar: Materi training for trainer*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- MacDougal, C. (2002). Rogers's person-centered approach: consideration for use in multicultural counseling. *Journal of humanistic psychology*, 42, (2), Sage Publications.
- Malhi, G., & Bridges, P. (1998). *Management of depression*. USA: Blackwell Science Inc.
- Maramis. (2008). *Catatan ilmu kedokteran jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Martin, H. (2010). *Terapi perilaku*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Maslim, R. (2013). *Diagnosis gangguan jiwa*. Jakarta: PT. Nuh Jaya.
- McDowell, I., & Newell, C. (1996). *Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires*. New York: Oxford.
- Morgado, F.F.R., Campana, A.N.B., & Tavares, M.C.F. (2014). Development and validation of the self-acceptance scale for persons with early blindness: The SAS-EB. *Journal PLoS ONE*, 9 (9), 1-6.
- Palos, R., & Viscu, L. (2014). Anxiety, automatic negative thoughts, and unconditional self-acceptance in rheumatoid arthritis: A preliminary study. *Rheumatology*, 10 (11), 1-5.
- Polders, L.A., Nel, J.A., Kruger, P., & Wells, H.L. (2015). Factors affecting vulnerability to depression among gay men and lesbian women in Gauteng, South Africa. *South African journal of psychology*, 38 (4), 673-687.
- Prasetyo. (2011). *Terapi kognitif*. Jakarta: PT. Nuh Jaya.
- Rawlins, T.R.P., Williams, S.R., & Beck, C.M. (1993). *Mental health psychiatric nursing a holistic life cycle approach*. St. Louis: Mosby Year Book.
- Robles, R.A. (2011). Depression and self-concept: Personality traits or coping styles in reaction to school retention of hispanic adolescents, depression. *Research and treatment journal*, 11, 9-18.
- Rosenbaum, M., & Snawdowsky, A. (1976). *The intensive group experiences*. New York: The Free Press.

- Sharon, P. (2015). The effect of self acceptance training on reducing of depression. *Iranian rehabilitation journal*, 5 (10), 9-28.
- Sorayah. (2015). Uji validitas konstruk Beck Depression Inventory - II (BDI-II). *Jurnal pengukuran psikologi dan pendidikan Indonesia*, 4 (1), 29-45.
- Stankovice, S., Matic, M., Gvozden, T.V., & Opacic, G. (2015). Frustration intolerance and unconditional self-acceptance as mediators of the relationship between perfectionism and depression. *PSIHOLOGIJA*, 48 (2), 101–117.
- Supratiknya, A. (2005). *Psikologi antar pribadi: Tinjauan psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suryabrata, S. (2010). *Metodologi penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Vasile, C. (2013). An evaluation of self-acceptance in adults. *Journal of procedia-social and behavioral sciences*, 4 (78), 605-609.
- Yosep, A. (2011). *Teori belajar*. Jakarta: Rajawali Pers.