

EFEKTIVITAS *GROUP COGNITIVE THERAPY FOR SUICIDE PREVENTION (GCT-SP)* BERBASIS INTERNET UNTUK MENGURANGI IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

TESIS

Diajukan sebagai Persyaratan untuk Penulisan Tesis pada Program Magister Profesi Psikologi Mayoring Klinis



PUPUT MARIYATI

111814153015

PROGRAM MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

Tesis ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing untuk diujikan pada Ujian Tesis

Surabaya, 9 Desember 2020



Dr. Hamidah, M.Si., Psikolog

NIP. 196505201997032002

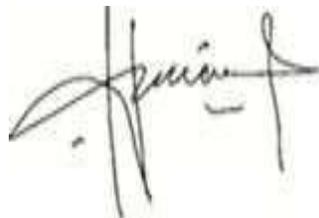
HALAMAN PENGESAHAN

Tesis ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada hari Jumat, 15 Januari 2021

Dengan susunan Dewan Penguji sebagai berikut:

KETUA



Dr. Nurul Hartini, M. Kes., Psikolog

NIP. 197104211997022001

SEKRETARIS



Endang R. S. M. AppPsych., PhD., Psikolog

NIP. 197102221998022001

ANGGOTA



Dr. Hamidah, M.Si., Psikolog

NIP. 196505201997032002



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam tesis yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya plagiasi dalam tesis saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 9 Desember 2020



(Puput Mariyati, S.Psi)
1111814153015

HALAMAN MOTTO

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi sesama”

(HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni)

“Man Jadda Wajada”

(Pepatah Arab)

“Turn your wounds into wisdom.”

(Oprah Winfrey)

“Education is the most powerful weapon which you can use to change the world”

(Nelson Mandela)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan hasil karya ini untuk:

LPDP Republik Indonesia

Kesempatan untuk bisa sekolah lagi adalah suatu anugerah besar dalam hidup saya.

LPDP adalah lentera yang menyinari asa sehingga saya terus bersemangat untuk berjuang meraih impian dan tujuan hidup saya.

Mama dan Bapak, serta Ibu Mertua Tercinta

Doa dan keridhoan orang tua adalah bekal utama yang mengantarkan kehidupan saya selalu dipenuhi dengan kebaikan dan rahmat-Nya. Semoga tesis dan gelar pendidikan saya ini dapat menjadi kebanggaan dan kebahagiaan untuk orang tua saya.

Suami dan Anak Tercinta

Cinta, doa, dan dukungan dari kalian adalah hadiah yang selalu menjadi penyemangat dalam hari-hari Bunda. Ayah, *you are my best partner in life*, dan Tole Umar, jadilah anak yang selalu bersemangat dalam menuntut ilmu karena ilmu adalah suatu keutamaan yang akan membuat hidupmu bermakna. *Love you all, my boys.*

KATA PENGANTAR

Penulisan karya ilmiah dalam bentuk tesis yang berjudul “Efektivitas *Group Cognitive Therapy For Suicide Prevention (CT-SP)* Berbasis Internet Untuk Mengurangi Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa” disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Magister Psikologi Profesi Universitas Airlangga Surabaya. Tesis ini terdiri dari lima bagian yang membahas tentang permasalahan yang menjadi latar belakang penelitian, kajian teori, proses dan metodologi penelitian, hasil dan pembahasan, hingga simpulan dan saran berdasarkan proses pelaksanaan penelitian.

Penulis menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan dalam penulisan laporan tesis ini. Penulis berharap adanya masukan, saran, maupun kritik dari berbagai pihak yang dapat menyempurnakan tesis ini. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi para akademisi, praktisi, maupun masyarakat yang membaca karya ilmiah ini, selain diri sendiri.

Surabaya, 15 Januari 2021



(Puput Mariyati, S.Psi)
1111814153015

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan barokah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tesis dan studi dengan baik. Penulisan tesis ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bimbingan dan kerja sama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis pada kesempatan ini ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. **LPDP Republik Indonesia** selaku sponsor yang membiayai studi penulis. Terima kasih telah memberikan kesempatan untuk bisa melanjutkan pendidikan dan meraih impian menjadi psikolog. Semoga penulis dapat memberikan kontribusi yang lebih luas kepada masyarakat dengan ilmu dan pengalaman yang diperoleh selama studi.
2. **Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga periode 2021-2025 dan **Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga periode 2015-2020. Terimakasih atas segala bimbingan, pengajaran, serta tauladan dari Bapak dan Ibu sehingga penulis memiliki panutan.
3. **Dr. Hamidah, M.Si., Psikolog** selaku dosen pembimbing tesis. Terima kasih atas segala bimbingan, dukungan, dan inspirasi dari Ibu selama proses penulisan tesis. Semoga Allah senantiasa memberikan kesehatan dan keberkahan atas kebaikan Ibu serta memberi pahala jariyah untuk Ibu yang selalu senang berbagi ilmu dan pengalaman.
4. **Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog dan Endang R. Surjaningrum, M.AppPsych., Ph.D., Psikolog** selaku penguji penulis dalam Ujian Tesis. Terima kasih atas masukan dan bimbingan yang diberikan sehingga tesis ini menjadi lebih baik.
5. **Dr. Ike Herdiana, M. Psi., Psikolog** selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Airlangga periode 2021-2025 dan dan **Tri**

Kurniati Ambarini, M. Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi periode sebelumnya. Terimakasih atas dukungan, bimbingan, dan bantuan yang Ibu berikan selama penulis menempuh studi.

6. **Ika Yuniar Cahyanti, M.Psi., Psikolog dan Afif Kurniawan, M.Psi., Psikolog** selaku pembimbing PKPP di RS Unair, Puskesmas Gunung Anyar, UPTD Kanri Surabaya dan UPP Unair. Terimakasih atas dukungan, bimbingan, dan bantuan yang Ibu/Bapak berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan proses PKPP dengan baik.
7. **Dr. Ike Herdiana, M. Psi., Psikolog dan Tri Kurniati Ambarini, M. Psi., Psikolog** sebagai *rater* dalam mengulas skala dan modul tesis. Terimakasih atas masukan yang diberikan untuk menyempurnakan skala dan modul penelitian.
8. **Tiara Diah Sosialita, M. Psi., Psikolog** selaku Sekretaris Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Airlangga. Terimakasih atas bantuan, dukungan, dan bimbingan yang Ibu berikan dalam membantu dan mendampingi penulis selama menyelesaikan studi.
9. **Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Unair.** Terimakasih Bapak/Ibu atas ilmu, bimbingan, pengalaman dan tauladan yang diberikan sehingga penulis mendapatkan pemahaman dan panutan dalam mengamalkan ilmu psikologi dalam kehidupan sehari-hari dan kehidupan professional.
10. **Segenap karyawan Fakultas Psikologi Unair.** Terimakasih atas segala dedikasi Bapak/Ibu dalam bekerja membantu mahasiswa dengan penuh ketulusan dan keramahan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan baik.
11. **Seluruh subjek penelitian** yang telah memberikan waktu dan kontribusi yang luar biasa untuk mengikuti setiap tahap dalam proses penelitian. Terimakasih atas kesempatan dan kepercayaan yang diberikan sehingga kita bisa saling mengenal dan saling belajar atas pengalaman hidup yang bermakna. Semoga

kalian diberikan kesehatan dan kelancaran dalam menempuh studi dan cita-cita.

12. **Mama dan Bapak, serta Ibuk mertua** yang telah memberikan segalanya untuk mendukung penulis mewujudkan cita-cita. Semoga Allah menyayangi kalian sebagaimana kalian menyayangi penulis dengan tulus dan apa adanya.
13. **Alfan Nasrulloh**, suami penulis yang menjadi teman setia dalam suka dan duka. Terima kasih atas doa, kesabaran, pengertian, masukan, humor, cinta kasih dan dukungan moril dan materiil yang tak terhingga sehingga penulis bisa melewati masa-masa sulit dalam menyeimbangkan peran di rumah dan kuliah. *Terima kasih Ayah selalu menjadi pendukung nomor satu bagi Bunda, sampai bikin website untuk tesis ini.*
14. **Umar Said Arfa**, anak penulis yang penuh kelucuan dan rasa ingin tahu. Terima kasih sudah menjadi sumber kebahagiaan terbesar bagi penulis. *Semoga Bunda bisa menjadi tauladan bagi Tole untuk selalu menghargai dan menyenangi ilmu sampai akhir hayat.*
15. **Mbak Lia, Mas Bagus, Dek Reza, Nduk Maya, Dek Andi**, saudara kandung dan ipar yang sudah memberikan dukungan, doa dan bantuan kepada penulis. *Terima kasih sudah direpoti momong Tole.*
16. **Fira dan Gegek**, penghuni grup **Whatsapp Mengejar Wisuda 2020** yang selalu menemani penulis selama studi. *Kalian memberi warna yang indah dalam kehidupan studiku seperti pelangi yang hadir setelah hujan dan badai berlalu. Thanks a lot and love you.*
17. **Sathya, Asti, Ninis, Virgin, Ceknis, Joni, Nisa, Icha, Pak Ichwan dan teman-teman Mapro Unair Angkatan 2018**. Terima kasih sudah banyak membantu pelaksanaan intervensi tesis dan tugas-tugas lainnya selama studi. *Tetep jaga silaturahmi ya.*
18. **Genk Gaul Kediri dan Genk Tetokoh Psikologi UI 2008**. Terima kasih atas dukungan, doa, dan *guyonan ngalor-ngidul* yang selalu dirindukan penulis. *Walaupun sekarang sudah pada mencar, semoga tahun ini kita bisa reunion.*

19. **Dra. Julia Suleman, M.A., MA., PhD** selaku pembimbing akademik penulis saat menempuh pendidikan sarjana. Terima kasih sudah berkenan memberikan surat rekomendasi untuk mendaftar beasiswa dan mendukung penulis untuk melanjutkan studi.
20. **Ika Malika, M.Psi, Psikolog, Dini Rahma Bintari, M.Psi., Psikolog, Ibu Sukati, Selvina “Pipin” dan segenap karyawan Klinik Satelit UI dan Kemahasiswaan UI** selaku rekan kerja penulis di tempat kerja sebelum studi. Terima kasih atas pembelajaran, diskusi, inspirasi, kehangatan, camilan dan pengalaman kerja yang sangat berkesan.
21. **Seluruh klien penulis** yang membantu menyebarkan pranala kuesioner tesis dan membantu penulis dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik sehingga penulis dapat menyelesaikan studi tepat waktu. Terima kasih sudah memberikan kepercayaan untuk berbagi pengalaman hidup.
22. **Komunitas Shalihah Motherhood.** Terima kasih sudah menemani penulis dengan diskusi tentang anak, resep masakan dan rumah tangga. Komunitas ini seperti *oase* yang menjadi ruang bagi penulis untuk mengambil “jeda” sejenak dari rutinitas akademik.
23. **Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu** yang juga turut membantu penulis dalam menyelesaikan studi tepat waktu.

Penulis menyadari bahwa tesis ini jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan saran dan kritik dari seluruh pihak demi perbaikan tesis ini. Semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan semua pihak yang terkait.

Surabaya, 15 Januari 2021

Puput Mariyati, S.Psi