

ABSTRAK

Ni Made Ari Wilani, 111041020, Efektivitas Terapi Kognitif-Perilaku untuk Menurunkan Depresi Remaja Sekolah Menengah Pertama X Surabaya, *Tesis*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2013.

Xiii + 103 halaman, 11 lampiran.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui efektivitas terapi kelompok kognitif-perilaku untuk menurunkan depresi pada remaja Sekolah Menengah Pertama X di Surabaya. *World Federation for Mental Health* (2012) menempatkan depresi sebagai krisis global. Depresi yang dialami remaja dapat mempengaruhi performa di sekolah, menimbulkan masalah dalam lingkungan keluarga, menimbulkan masalah pertemanan, dan memunculkan pikiran bunuh diri. Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan desain *pretest-posttest control group design*, menggunakan 2 kelompok (kontrol dan eksperimen) dengan membandingkan pengukuran terhadap variabel terikat pada kedua kelompok. Tiap kelompok beranggotakan 5 orang subjek Sekolah Menengah Pertama yang berusia 13-15 tahun. Penelitian ini menggunakan skala *Beck Depression Inventory* (BDI) untuk mengukur simtom depresi. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan uji statistik *independent t-test* dengan bantuan program SPSS.16.00.

Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan rata-rata perubahan skor depresi *posttest* dan *pretest* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen ($p = 0,004 < 0,05$). Hasil penelitian ini menurut perhitungan korelasi *effect size* adalah dapat dipercaya ($r = 0,813$). Berdasarkan seluruh hasil penelitian, disimpulkan bahwa terapi kelompok kognitif-perilaku efektif untuk menurunkan depresi remaja Sekolah Menengah Pertama X Surabaya.

Kata kunci: terapi kelompok kognitif-perilaku, depresi
Daftar Pustaka, 53 (1967-2012)

ABSTRACT

Ni Made Ari Wilani, 111041020, *Effectiveness of Cognitive-Behavioral Group Therapy to reduce depression in youth of Junior High School X Surabaya, Thesis, Department of Psychology Airlangga University, 2013. Xiii + 103 pages, 11 appendixes.*

This research is to examine the effectiveness of cognitive-behavioral group therapy to reduce depression in youth of Junior High School X in Surabaya. World Federation for Mental Health (2012) placed depression as a global crisis. Depression in youth can affect many areas of life such as: school performance, causes problems in family environment, causes problems in friendship, and also develop suicidal ideation.

This research is a quasi experiment type with pretest-posttest control group design, using 2 groups (experiment and control groups), by comparing measurement of dependent variable among two groups. Each group consists of 5 Junior High School student, age between 13-15 years. This research using Beck Depression Inventory (BDI) in collecting data. Data analysis in this study using statistical test Independent T-Test, doing with SPSS 16.00 program for Windows.

This research analysis data shows that there is a significant differences about mean of changes posttest and pretest depression scores between the control group and the experimental group ($p = 0,004 < 0,05$). Effects of cognitive-behavioral group therapy in reducing depression is trustable ($r = 0.813$). Based on the results of this study, it is concluded that cognitive-behavioral group therapy effective to reduce depression in youth of Junior High School.

Keywords: *cognitive-behavioral group therapy, depression References, 53 (1967-2012)*