

**PENERAPAN TERAPI AKTIVASI PERILAKU UNTUK MENURUNKAN
TINGKAT DEPRESI PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL**

THESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Profesi Psikologi

Program Studi Pendidikan Profesi Psikologi Jenjang Magister

Mayor Klinis Anak



Diajukan Oleh:

Wenty Anggraini

11.92.0066

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2016

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENERAPAN TERAPI AKTIVASI PERILAKU UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL**

Wenty Anggraini

11.92.0066

Tesis ini telah dipertahankan di depan dewan penguji
sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar **Magister Profesi Psikologi**

Pada tanggal:
4 Desember 2015



Mengesahkan,
**Ketua Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Universitas Katolik Soegijapranata**

Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

LEMBAR PERSETUJUAN

PENERAPAN TERAPI AKTIVASI PERILAKU UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Wenty Angraini

11.92.0066

Tesis ini telah dipertahankan di depan dewan penguji
sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi

Pada tanggal:

4 Desember 2015



Ketua Program
Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

Dewan Penguji:

1. Dr. Tjipto Susana, M.Si, Psikolog

(.....)

2. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

(.....)

3. Dra. Emiliana Primastuti, M.Si

(.....)

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENERAPAN TERAPI AKTIVASI PERILAKU UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL**

Wenty Anggraini

11.92.0066

Tesis ini telah dipertahankan di depan dewan penguji
sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi

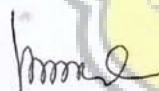
Pada tanggal:

4 Desember 2015

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


(Dr. Endang Widyorini, Psi)


(Dra. V. Sri Sumijati, M.Si.)

**Mengesahkan,
Ketua Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Universitas Katolik Soegijapranata**


Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

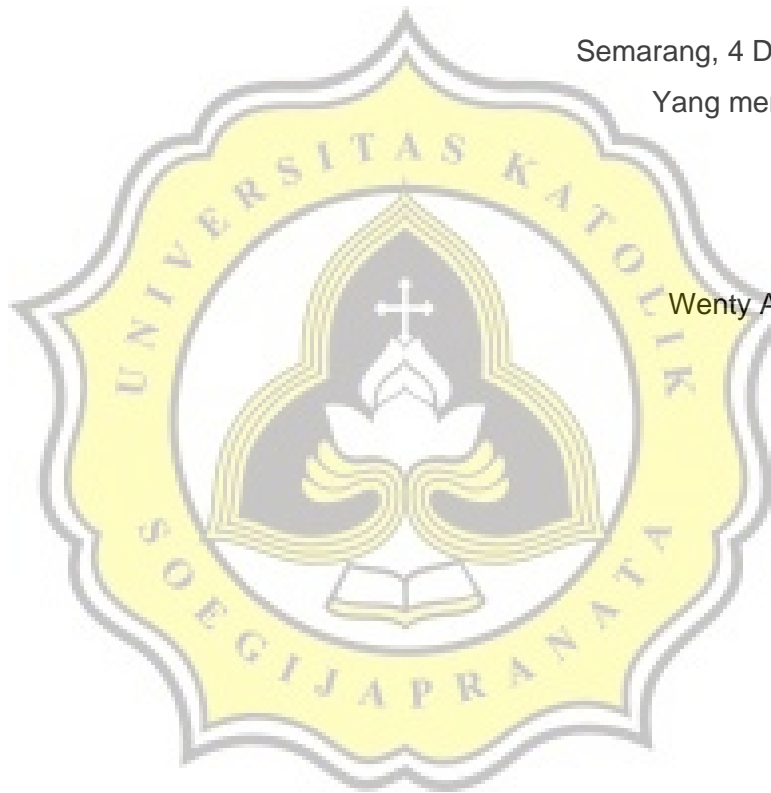
PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi. Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja diacu dalam naskah tesis ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 4 Desember 2015

Yang menyatakan,

Wenty Anggraini



PERSEMBAHAN



Aku persembahkan karya sederhana ini teruntuk:

Allah SWT serta Baginda Muhammad SAW

Bapak, Ibu, dan Adik tersayang...

Meraka yang peduli pada kasus yang berhubungan dengan anak-anak

Diriku sendiri.....

MOTTO

- Ψ Allah will never disappoint the sincere caller. Even when you think He hasn't answered you, He plans in your favor ~Shaykh Omar Suleiman
- Ψ Ada satu laki-laki yang meski kau mencintainya dalam diam, dia tahu. Meski kau mengikutinya dalam sunyi, dia tahu. Meski dia tidak tahu siapa namamu, dia sangat ingin bertemu denganmu. Meski kau merindukannya hingga menangis di malam hari, rasanya tidak sakit. Meski kau mencintainya begitu dalam, tidak ada sakit hati. Meski kau kadang mengkhianati pesannya, dia tetap cinta. Dia, Muhammad SAW(via jagungrebus)
- Ψ Bawa MIMPImu, bawa IMPIANmu, ke atas sajadah. Ceritain sama Allah. Allah Sangat Kuasa Mewujudkannya @Yusuf_Mansur
- Ψ Ucapkan "billahi" (bersama Allah), "lillahi" (karena Allah), "fillahi" (dalam Allah) | lalu lakukanlah apa yang harus dilakukan @felixsiauw
- Ψ Doa itu harus. Tawakkal itu wajib. Ikhtiar itu perlu. Sabar itu penting @Wirda_Mansur
- Ψ Yakinlah ada sesuatu yang menantimu selepas banyak kesabaran yang kau jalani yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa pedihnya rasa sakit ~Ali bin Abi Thalib
- Ψ Orang tua sudah bersusah payah mencari nafkah hanya demi keberhasilan kita. Saatnya membuat mereka bangga @kutipan
- Ψ Jauhi sungai kecil walau indah dan tenang. Di sana mungkin dekat dengan pujian, banyak ketenangan. Jauhi itu. Pilihlah sungai besar, samudra luas yang arusnya kuat, yang penuh dengan tantangan. Arena yang bisa membuatmu dibentur-benturkan, dihantam tantangan. Arena yang bisa membuatmu makin kuat dan tangguh ~Anies Baswedan
- Ψ Selalu berusaha untuk percaya, bahwa takdirNya akan jauh lebih indah daripada rencana kita ^_^

UCAPAN TERIMA KASIH

ALHAMDULILLAH, akhirnya selesai juga! Begitulah kiranya ungkapan kegembiraan peneliti karena proses pengerjaan *thesis* dari awal sampai akhir telah selesai dikerjakan, siap untuk dibaca, dan semoga bisa menjadi inspirasi bagi semua orang. Oleh karena itu dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr.Y Bagus Wismanto, M.Si, selaku Ketua Program Studi Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan *thesis*.
2. Drs. George Hardjanto, M.Si, selaku Sekretaris Program Studi Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang juga telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan *thesis*.
3. Dr. Endang Widyorini, Psikolog, selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran bersedia untuk membimbing peneliti dan bersedia memberikan ilmu serta nasehat yang berguna.
4. Dra. Sri Sumijati, M.Si, selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran bersedia untuk membimbing peneliti dan bersedia memberikan ilmu serta nasehat yang berguna.
5. Dra. Emiliana Primastuti, M.Si, (selaku penguji dari intern fakultas) yang telah memberikan masukan dan kesempatan berdiskusi untuk kemajuan peneliti dalam menyempurnakan tesis yang dikerjakan.
6. Dr. Tjipto Susana, M.Si, Psikolog, (selaku penguji dari organisasi HIMPSI) yang telah memberikan masukan dan kesempatan berdiskusi untuk kemajuan peneliti dalam menyempurnakan tesis yang dikerjakan.
7. Harrista Adiati, M.Psi, Psikolog, yang telah bersedia meluangkan waktu sebagai terapis dalam proses penelitian ini serta memberikan masukan dan kesempatan untuk berdiskusi demi menyempurnakan jalannya terapi.

8. Nuraini Ariswari, selaku pimpinan UPIPA GOW Wonosobo, beserta para staff (Bu Sri, Bu Nanik, Mba Beti, Mba Puput, Mas Iang) terima kasih karena telah diizinkan untuk melakukan penelitian dan memperoleh banyak pengalaman dan ilmu selama proses penelitian di Wonosobo
9. Semua Staff Tata Usaha Magister baik yang lama ataupun baru (Mbak Indah, Mas Edi, Pak Tri, Bu Katrin, Pak “Dhe”, dkk.) yang banyak membantu selama proses perkuliahan.
10. Ibuku..., Ibuku..., Ibuku Rusmini, Bapakku Herry Santoso, adik kesayangan Hermin Anggrianing Tyas, serta seluruh keluarga; terima kasih karena selalu memberikan dukungan dan juga doanya.
11. Dr. Sri Maryati Deliana, M.Si, Psikolog, terima kasih ibu untuk kehangatan keluarga, diskusi, doa, dan dukungannya.
12. Ajeng J. Puspitasari, Ph.D., terima kasih untuk bantuannya sehingga penulis mendapat tambahan pemahaman dan materi untuk menyelesaikan tesis ini.
13. Maya Sulistyowati dan Sylvia Anggraeni Motto, terima kasih karena menjadi sahabat yang selalu ada untuk memberikan dukungan nyatanya.
14. Mba Easty, Mba Ughie, Mba Cubh, Mba Anggi, terima kasih sudah menjadi kakak yang teramat sayang dengan adiknya ini.
15. Mas Sowanya Ardhi Prahara, terima kasih karena telah menjadi teman diskusi dan saling support selama penulis menjalani perkuliahan
16. Teman-teman Klinis Anak angkatan 2011 genap: Ka Astry, Mba Otic, Mba Ratna, Ka Fani, Ressa, Vida, Ina, dan Bertha; terima kasih atas persahabatan dan kebersamaannya.
17. Teman kos Sarmento: Nenek, si cantik Omai, Mba Jen, Mba Vidi, Mba Jane, Mba Ilha, Mba Inung, Ka Astry, Sanny, Uci, Bibi, Usi; terima kasih karena telah menjadi keluarga selama di Semarang.
18. Diriku sendiri, terima kasih karena akhirnya bisa bertahan, sampai di garis akhir dan melewatinya. Alhamdulillah.....

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
Intisari	x
<i>Abstract</i>	xi
PENDAHULUAN	1
METODE PENELITIAN	14
HASIL PENELITIAN	23
DISKUSI	27
KESIMPULAN DAN SARAN	36
DAFTAR PUSTAKA	38
Lampiran	



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	12
Gambar 2. Grafik Total Skor CDI <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i>	24
Gambar 3. Grafik Skor per Subskala CDI <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i>	26



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sebaran Item CDI.....	16
Tabel 2. Kategorisasi Depresi pada Skala CDI.....	17
Tabel 3. Kisi-kisi Modul	21



PENERAPAN TERAPI AKTIVASI PERILAKU UNTUK MENURUNKAN TINGKAT DEPRESI PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Wenty Anggraini

Intisari

Kekerasan seksual yang terjadi di masa kanak-kanak merupakan suatu peristiwa krusial karena membawa dampak negatif pada kehidupan korban di masa dewasanya. Angka kasus kekerasan seksual pada anak meningkat setiap tahunnya. Salah satu dampak yang dialami oleh anak korban kekerasan seksual adalah depresi yang memunculkan perilaku menghindar dan penurunan aktivitas. Terapi aktivasi perilaku diberikan untuk menurunkan tingkat depresi pada korban kekerasan seksual. Jumlah subyek penelitian adalah satu orang korban kekerasan seksual dengan kriteria yang sudah ditentukan. Penelitian ini menggunakan tehnik analisa kuantitatif secara statistik dengan melakukan uji *paired sample t-test* menggunakan rumus Wilcoxon dan analisa kuantitatif deskriptif grafik. Hasil penelitian secara statistik menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada simptom depresi yang dimiliki korban antara sebelum dan setelah diberikannya tritmen aktivasi perilaku. Sedangkan hasil yang disajikan dengan grafik, depresi yang dimiliki korban menunjukkan terjadinya penurunan skor CDI (*Children's Depression Inventory*) dari 24 menjadi 17.

Kata Kunci : Depresi, Aktivasi perilaku

**THE IMPLEMENTATION OF BEHAVIORAL ACTIVATION THERAPY
TO DECREASE THE DEPRESSION LEVEL OF SEXUAL ABUSE VICTIM**

Wenty Anggraini

Abstract

Sexual abuse which is happen in the childhood experience is a crucial case because it brings a negative effect to the victim in his or her future life. The number of the children sexual abuse cases increase every year. One of the effect which happens to the children of sexual abuse victim is the depression which shows the avoidance behavior and reduction on their activities. Behavioral activation therapy is given to reduce the victims' depression level. The subject of this study is a sexual abuse victim with specific criteria. This study used quantitative method to examined the paired sample t-test with Wilcoxon formula and descriptive quantitative analysis chart. Statistically, the result showed that there is no significant difference in depressive symptoms before and after the subject was given behavioral activation therapy. Meanwhile the results which is presented in the chart shows that there is reduction on the CDI (Children's Depression Inventory) score from 24 to 17.

Keywords : Depression, Behavioral activation

