

DAFTAR ISI

Halaman Pengesahan	ii
Halaman Pernyataan	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	vi
Daftar Gambar.....	ix
Daftar Bagan	x
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran.....	xii
Abstrak	xiv
Bab I. Pendahuluan	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Manfaat.....	7
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	8
Bab II. Kajian Pustaka	12
A. Gangguan Depresi pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi	12
1. Pengertian Gangguan Depresi	12
2. Gejala Gangguan Depresi.....	15
3. Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Depresi	16
4. Gangguan Depresi pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi	22
B. Intervensi CBT Based Self Help with Gamification	25
1. Cognitive Behavior Therapy based Self-Help.....	25
a. Definisi Cognitive Behavior Therapy	25
b. Definisi Metode Self-Help	28

c. Penerapan CBT based Self-Help	30
d. Keterbatasan CBT based Self-Help	34
2. Applied Games: Serious Games & Gamification	35
a. Potensi Penggunaan Gamification	37
b. Tipe-Tipe Applied Games	37
c. Jenis Gamification	37
d. Potensi Penggunaan Gamification	37
C. Pengaruh CBT Based Self Help & Gamification	
Terhadap Gangguan Depresi Mahasiswa	45
D. Kerangka Penelitian	50
E. Hipotesis Penelitian	51
Bab III. Metode Penelitian	52
A. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel	52
1. Identifikasi Variabel	52
2. Definisi Operasional	52
3. Identifikasi Variabel	52
B. Partisipan Penelitian	53
C. Desain Penelitian	55
D. Instrumen Penelitian	56
1. Modul CBT Based Self-Help	56
2. Website re-life.app	56
3. Manipulation Check	57
4. Telepon Genggam	57
5. Patient Health Questionnaire 9	57
E. Prosedur Penelitian	58

1. Tahap Persiapan	58
2. Tahap Pelaksanaan	59
3. Tahap Analisis Data	61
F. Metode Analisis Data	61
Bab IV. Hasil Penelitian dan Pembahasan	63
A. Hasil Uji Validitas Modul	63
B. Deskripsi Partisipan	65
C. Deskripsi Data	68
D. Hasil	72
E. Pembahasan dan Diskusi	74
F. Keterbatasan Penelitian	81
Bab V. Kesimpulan dan Saran	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran	84
Daftar Pustaka	86
Lampiran	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Paradigma Primary Triad	26
Gambar 2. Desain Penelitian.....	56
Gambar 3. Model Konseptual dan Model Statistik Moderasi Sederhana	62

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Penelitian.....	50
Bagan 2. Factorial Design 2x2.....	55
Bagan 3. Flowchart Prosedur Eksperimen.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Penilaian Modul	64
Tabel 2. Hasil Penilaian Umum Modul	64
Tabel 3. Data Deskriptif Partisipan Penelitian.....	65
Tabel 4. Skor Partisipan Kelompok Kontrol.....	68
Tabel 5. Skor Partisipan Kelompok Eksperimen 1	69
Tabel 6. Skor Partisipan Kelompok Eksperimen 2	70
Tabel 7. Skor Partisipan Kelompok Eksperimen 3	71
Tabel 8. Data Deskriptif Pre-test dan Post-test Berdasarkan PHQ-9.....	71
Tabel 9. Hasil Pengujian Hipotesis	73
Tabel 10. Koefisiensi Regresi CBT Based Self Help	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Output Analisis Moderasi Teknik Bootstrap	102
Lampiran 2. Pembagian Kelompok Partisipan Penelitian	104
Lampiran 3. Panduan Penggunaan Aplikasi Web re-life.app	105
Lampiran 4. <i>Screenshot User Interface</i> PHQ-9 dalam typeform.com.....	111