

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
INTISARI	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Permasalahan	1
B. Perumusan Masalah	7
C. Tujuan Penulisan	7
D. Manfaat Penulisan	8
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Depresi	11
1. Definisi dan Gejala	11
2. Penyebab Terjadinya Depresi	12
3. Depresi Pada Remaja	15
4. Penatalaksanaan Depresi	16
4.1. Terapi Farmakologi	16
4.2. Terapi Non Farmakologi	17
B. Relaksasi Benson	18
1. Definisi	18
2. Prosedur Relaksasi Benson	19
3. Mekanisme Terapeutik Relaksasi Benson Terhadap Depresi	21
3. Efikasi Relaksasi Benson Terhadap Depresi	23
C. Mahasiswa Kedokteran	24
1. Definisi	24
2. Depresi Pada Mahasiswa Kedokteran	24
3. Dampak Depresi Pada Mahasiswa Kedokteran	29
D. Landasan Teori	30
E. Kerangka Teori	33
F. Kerangka Konsep	34

G. Hipotesis	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Subjek Penelitian	36
D. Besar Sampel	37
E. Cara pengambilan Sampel	38
F. Identifikasi Variabel Penelitian	38
G. Definisi Operasional Variabel	39
H. Instrumen Penelitian	41
I. Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan data	42
J. Pengolahan dan Analisis Data	45
K. Etika Penelitian	46
L. Jalannya Penelitian	48
M. Rencana Pelaksanaan Penelitian	52
N. Alur Penelitian	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Karakteristik Subjek Penelitian	54
B. Gambaran Skor Depresi Mahasiswa Sebelum Dilakukan Intervensi	58
C. Uji Bivariat Skor Depresi Sebelum dan Setelah Diberikan Intervensi	60
D. Hasil Uji Penurunnn Skor Depresi Dengan Karakteristik Subjek	66
E. Hasil Uji Multivariat	68
F. Keterbatasan Penelitian	69
G. Kelemahan Penelitian	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka teori	33
Gambar 2. Kerangka konsep	34
Gambar 3. Alur Penelitian	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	9
Tabel 2. Definisi Operasional	39
Tabel 3. Rencana Penatalaksanaan Penelitian	52
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Kedokteran UII	56
Tabel 5. Uji Homogenitas Karakteristik Mahasiswa Kedokteran UII	57
Tabel 6. Deskripsi Skor Depresi Pretes PHQ-9 Pada Kedua Kelompok	59
Tabel 7. Uji Normalitas Skor Depresi Pretes dan Postes PHQ-9 pada kedua kelompok	60
Tabel 8. Uji Beda Skor Depresi Pretes dan Postes PHQ-9 Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	61
Tabel 9. Uji Beda Selisih Penurunan Skor Depresi PHQ-9 Antara Kelompok Intervensi Dengan Kelompok Kontrol	62
Tabel 10. Perubahan Skor Pada Setiap domain PHQ-9	63
Tabel 11. Hasil Uji Penurunan Skor Depresi PQ-9 Dengan Karakteristik Subjek	66
Tabel 12. Uji Multivariat	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Kepada Calon Responden	79
Lampiran 2. Surat Persetujuan Responden	85
Lampiran 3. Data Umum Responden	86
Lampiran 4. Kuesioner <i>Patient Health Questionnaire</i> (PHQ)-9.....	87
Lampiran 5. <i>Curriculum Vitae</i>	88
Lampiran 6. <i>Ethics Approval</i>	90