



## **Creative Writing Therapy for Depression: Studi Pengembangan Protokol Intervensi**

*Anisa Zahra Wijayanti Nugroho<sup>1</sup> & Restu Tri Handoyo<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada; Yogyakarta

<sup>1</sup>[anisa.zahra.w@mail.ugm.ac.id](mailto:anisa.zahra.w@mail.ugm.ac.id); <sup>2</sup>[restu.tri.handoyo@ugm.ac.id](mailto:restu.tri.handoyo@ugm.ac.id)

**Abstrack.** *Creative writing therapy (CWT) has developed into one of the interventions that has a positive impact on the treatment of individuals with depression. However, the absence of a standardized CWT protocol in the treatment of depression makes this intervention underutilized. This study was conducted to develop a standardized CWT protocol using the modified-delphi method. Ten expert panels (5 survivors and 5 psychologists) were involved in this study, but only 9 completed to the final round. Of the 30 assessment items, 29 items reached consensus ( $\geq 75\%$  agreement on a 4-level Likert scale) covering the basic concepts and principles of CWT, goals, session structure, as well as therapist qualifications. This guideline provides a starting standard for practitioners to implement CWT as an alternative intervention for individuals with depression. However, the lack of clinical trials on the protocol means that further research is needed to validate the effectiveness of CWT implementation across different severities and subtypes of depression.*

**Keywords:** *creative writing therapy, depression, intervention protocol, modified-delphi*

**Abstrak.** *Creative writing therapy (CWT) telah berkembang menjadi salah satu intervensi yang memiliki dampak positif untuk penanganan individu dengan depresi. Namun demikian, belum adanya protokol pelaksanaan CWT yang terstandar dalam penanganan depresi membuat intervensi ini *underutilized*. Penelitian ini dilakukan untuk mengembangkan protokol pelaksanaan CWT yang terstandar menggunakan metode *modified-delphi*. Sepuluh panel ahli (5 penyintas depresi dan 5 psikolog) terlibat dalam penelitian ini, tetapi hanya 9 yang menyelesaikan hingga putaran akhir. Dari 30 item penilaian, 29 item mencapai konsensus ( $\geq 75\%$  setuju pada skala Likert 4-level) yang mencakup konsep dasar dan prinsip CWT, tujuan, struktur sesi, serta kualifikasi terapis. Panduan ini menyediakan standar awal bagi praktisi untuk mengimplementasikan CWT sebagai alternatif intervensi bagi individu dengan depresi. Meskipun demikian, belum dilakukannya uji klinis terhadap protokol yang dihasilkan membuat penelitian lanjutan perlu dilakukan agar dapat memvalidasi efektivitas pelaksanaan CWT pada berbagai tingkat keparahan dan sub tipe depresi.*

**Kata kunci:** *creative writing therapy, depresi, protokol intervensi, modified-delphi*