

THE EFFECT OF BRIEF EMPATHIC LOVE THERAPY IN REDUCING SYMPTOMS OF DEPRESSION FOR POLICE OFFICERS

Delfian Tri Bandoro
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

Depression is the most common leading cause of disability and burden of disease. Police are highly exposed to pressures, stress, and symptoms of depression. The rate of depression symptoms among Police Force is higher than the general population. Until this research was conducted, there is no effective program to overcome depression symptoms for police officers. Brief Empathic Love Therapy (BELT), a new type of Transpersonal Therapy, seeks to aid people in understanding themselves. This research aims to determine the effect of BELT in reducing symptoms of depression for police officers. The research applied a quasi-experimental method, namely Pretest-Posttest Control Group Design. A total of 45 participants were assigned into experimental and control groups. Hopkins Symptoms Checklist was used as a measuring tool, whilst the Empathic Love Scale worked as a manipulation check. The mean rank values in the experimental group are 21.67 and the mean rank values in the control group are 24.52. Quantitative data analysis was conducted with a nonparametric method using Sign-Rank Wilcoxon Test. The result showed that there was no differences between depression symptoms score before and after intervention with $z = -0.284$, $p = 0.776$ ($p > 0.05$). This study discussed potential cause of the ineffectiveness of the intervention.

Keywords: Depression symptoms, Police, Brief Empathic Love Therapy, Transpersonal

ABSTRAK

Depresi menjadi penyebab utama ketidakmampuan dan beban penyakit. Polisi merupakan profesi yang rentan memiliki banyak tekanan, stres, dan gejala depresi. Tingkat gejala depresi pada anggota kepolisian lebih tinggi daripada populasi umumnya. Sampai saat penelitian ini dilakukan, belum ada penanganan psikologis yang efektif untuk mengatasi gejala depresi pada anggota polisi. Brief Empathic Love Therapy merupakan terapi pendekatan Transpersonal sebagai proses pengenalan diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Brief Empathic Love Therapy dalam menurunkan gejala depresi pada polisi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu eksperimen kuasi dengan rancangan Pretest-Posttest Control Group Design. Sejumlah 45 partisipan ditempatkan ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengukuran dilakukan menggunakan Hopkins Symptoms Checklist, dan Empathic Love Scale sebagai cek manipulasi. Nilai mean rank pada kelompok eksperimen sebesar 21.6 dan nilai mean rank pada kelompok kontrol sebesar 24.52. Analisis data kuantitatif menggunakan metode non parametrik Tes Sign Rank Wilcoxon. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan skor gejala depresi sebelum dan sesudah intervensi dengan skor $z = -0.284$ dan $p = 0.776$ ($p > 0.05$). Penelitian ini mendiskusikan kemungkinan penyebab intervensi yang diberikan tidak efektif.

Kata kunci: Simtom Depresi, Polisi, Brief Empathic Love Therapy, Transpersonal