

DINAMIKA PSIKOLOGIS PENDERITA DEPRESI DALAM Mencari PERTOLONGAN

Nama: Made Arisudana
Jurusan/Program Studi: Psikologi
Pembimbing 1: Ananta Yudiarso, S.Sos., M.Si.
Pembimbing 2: Harry, S.Psi., M.Psi., Psikolog

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang membahas mengenai dinamika psikologis penderita depresi dewasa awal dari awal mengalami depresi hingga mencari pertolongan ke praktisi kesehatan mental seperti psikolog atau psikiater. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam bagaimana hambatan, dukungan, serta pemaknaan informan dari setiap pengalaman yang dilaluinya dalam menghadapi depresi. Pengambilan data dilakukan dengan melakukan wawancara semi-terstruktur secara daring kepada dua informan yang pernah mengalami depresi dan sudah melalui proses pemulihan. Paradigma penelitian yang digunakan adalah paradigma interpretif, dan metode analisis data yang digunakan adalah analisis tematik. Pembahasan dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga tema besar yaitu: (1) “Kepingan Depresi” yang membahas tentang asal-usul depresi yang dialami oleh informan, (2) “Dinamika Pengambilan Keputusan untuk Menemui Psikolog & Psikiater” yang membahas dinamika psikologis yang dilalui selama proses mencari pertolongan, dan (3) “Pengalaman Memulihkan Depresi” yang membahas tentang pengalaman informan menjalani proses pemulihan. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah memvariasikan pemilihan informan. Pada penelitian ini kedua informan memiliki latar belakang yang mirip sebagai mahasiswa psikologi sehingga banyak kemiripan data yang diperoleh, dan berujung kurangnya pada variasi dan kedalaman data.

Kata Kunci: Depresi, Mencari Pertolongan, Stigma, Strategi Koping, Ancaman Identitas.

PSYCHOLOGICAL DYNAMICS OF DEPRESSION PATIENTS TO HELP-SEEKING

Name: Made Arisudana

Discipline/Study Programme: Psychology

Contributor 1: Ananta Yudiarso, S.Sos., M.Si.

Contributor 2: Harry, S.Psi., M.Psi., Psikolog

ABSTRACT

This study is a qualitative research that discusses the psychological dynamics of depression patients in adolescences from the beginning of depression to help-seeking to mental health practitioners such as psychologists or psychiatrists. The purpose of this study was to find out more about the obstacles, support, and meaning of the informants from each experience they went through in dealing with depression. Data were collected by conducting semi-structured online interviews with two informants who had experienced depression and had gone through the recovery process. The research paradigm used is the interpretive paradigm, and the data analysis method used is thematic analysis. The discussion in this study is divided into three major themes, namely: (1) "Depression Pieces" which discusses the origins of depression experienced by informants, (2) "Decision Making Dynamics to See a Psychologist & Psychiatrist" which discusses the psychological dynamics that are passed during the process of seeking help, and (3) "Experiences in Recovering Depression" which discusses the experience of informants undergoing the recovery process. Suggestions for further research is to vary the selection of informants. In this study, the two informants have similar backgrounds as psychology students, so that there are many similarities in the data obtained, and this leads to a lack of variety and depth of data.

Keywords: Depression, Help-Seeking, Stigma, Coping Strategies, Identity Threat.