

**EFEKTIVITAS PELATIHAN *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SISWA
TUNADAKSA BBRSD PROF. DR. SOEHARSO SURAKARTA**

Tesis

Minat Utama Bidang Psikologi Klinis



Diajukan Oleh:

Yulfa Islaini. S.Psi

T 100 135 004

**PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI
FAKULTAS PASIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

**EFEKTIVITAS PELATIHAN *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SISWA
TUNADAKSA BBRSD PROF. DR. SOEHARSO SURAKARTA**

Tesis

Disusun dan Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Psikologi Profesi

Bidang Kekhususan Psikologi Klinis



Diajukan Oleh:

Yulfa Islaini

T 100 135 004

**PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI
FAKULTAS PASIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

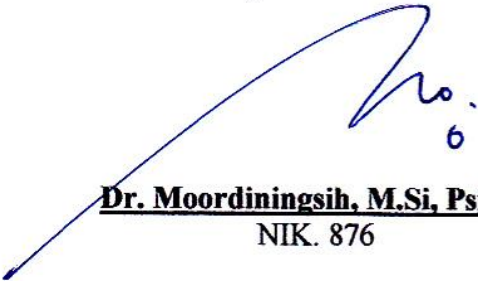
**EFEKTIVITAS *PELATIHAN SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE (SEFT)* TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SISWA
TUNADAKSA BBRSBD PROF. DR. SOEHARSO SURAKARTA**

Yang diajukan oleh :
Yulfa Islaini, S.Psi
T100135004

Telah disetujui untuk dipertahankan
Di depan Dewan Penguji


Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama


Dr. Moordiningsih, M.Si, Psikolog
NIK. 876

Tanggal 9 November 2017

Pembimbing Pendamping


Rini Lestari, S.Psi, M.Si, Psikolog
NIK. 658

Tanggal 9 November 2017

**EFEKTIVITAS PELATIHAN SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE (SEFT) TERHADAP PENURUNAN DEPRESI SISWA
TUNADAKSA BBRSD PROF. DR. SOEHARSO SURAKARTA**

Diajukan oleh :
Yulfa Islaini, S.Psi
T100135004

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal
1 November 2017
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

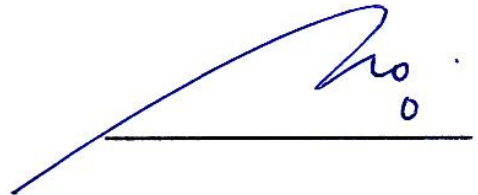
Penguji Utama

Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si, Psikolog



Pembimbing Utama

Dr. Moordiningsih, M.Si, Psikolog



Pembimbing Pendamping

Rini Lestari, S.Psi, M.Si, Psikolog



Surakarta, 9 November 2017
Program Pendidikan Magister Profesi Psikologi
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Moordiningsih, M.Si, Psikolog
NIK.876

Ketua Magister Psikologi Profesi



Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si, Psikolog
NIK. 836

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yulfa Islaini, S.Psi

Tempat, Tgl Lahir : Rantau, 28 Oktober 1981

Menyatakan bahwa dalam tesis dengan judul “Efektivitas Pelatihan Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Depresi Siswa Tundaksa BBRSD Prof. Dr Socharso Surakarta” yang telah saya susun merupakan karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dipergunakan sebagaimana perlunya.

Surakarta, 9 November 2017

Yang menyatakan,

Yulfa Islaini, S.Psi



MOTTO

Hasbunallah wanikmal wakil Nikmal Maula wanikman Nasir
(Cukuplah Allah sebagai penolong kami, dan Allah adalah sebaik-
baiknya pelindung)

"YA MUQALLIBAL QULUUB TSABBIT QALBII 'ALAA DIINIKA
(wahai Dzat yang membolak balikkan hati teguhkanlah hatiku
berada di atas agamamu). (HR. At Tirmidzi No.2066)

"Allah selalu memberikan senyum dibalik kesedihan. Allah
selalu memberikan Harapan dibalik keputus-asaan..

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Kupersembahkan karya ini untuk orang-orang yang sangat aku sayangi dan kucintai. Karena dorongan, dukungan dan doa mereka karya ini dapat terselesaikan sebagai sebuah karya.

Terimakasih kuucapkan untuk :

1. Alm Ayah yang selalu mendukung ku, sebagai teman bertukar pikiran dan doa alm yang tak pernah putus untuk diri ku.
Karya ini yulfa persembahkan untuk alm ayah tercinta.
2. Mamak tersayang, terimakasih atas semangatnya memberikan kasih sayang dan doanya tak pernah putus.
3. Semua kakakanda dan abangnda yang selalu mendukung dan melewati masa yang pernah menggoncang, terimakasih doanya dan semangatnya.
4. Seseorang yang mendukung ku jangan pernah berhenti untuk berjuang (Eko Saputro)
5. Buah hati ku, semangat ku Nasywa atilla, Senyum dan celoteh mu menghilangkan lelah mami.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Segala puja dan puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, serta menganugerahkan tetesan ilmu, kesehatan dan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Tesis ini disusun bersumber dari hasil temuan lapangan saat BKPPdi BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Tesis ini berjudul judul “Efektivitas Pelatihan Spiritual Emotional Freedom TeChnique (SEFT) Terhadap Penurunan Depresi Siswa Tundaksa BBRSD Prof. Dr Soeharso Surakarta” disusun sebagai syarat mendapatkan gelar Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Surakarta”.

Terselesaikannya tesis ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dorongan dan doa berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Moordiningsi, M.Si, Psi dan Rini Lestari, M.Si, Psi., selaku dosen pembimbing I dan II yang telah meluangkan waktu disela-sela kesibukannya untuk memberikan arahan, bimbingan, motivasi, masukan dan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penyelesaian tesis ini.
2. Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si, Psi., selaku penguji yang telah bersedia memberikan saran dan kritik demi sempurnanya penulisan tesis dan selaku Ketua Pengelola Program Magister Profesi Psikologi UMS.

3. Dr. Sri Lestari, M.Si, Psi., selaku pembimbing akademik yang telah memberikan perhatian dan arahan selama menempug studi.
4. Pengelola Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, staf administrasi, staf pustaka yang memberikan kemudahan bantuan selama penulis menempuh pendidikan Magister Psikologi Profesi. Terimakasih Mbak Ayu,Zulfa dan semuanya.
5. Pihak BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta, Bpk Kliwon, M.Psi selaku psikolog dibagian asesment, ibu Dra. Anis Yuniarti dibagian Advokasi, ibu Erna ibu asrama beserta seluruh staf yang terkait dalam penelitian ini, atas ijin, dukungan dan bantuannya penulis ucapkan terimakasih.
6. Seluruh siswa-siswi BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta yang telah bersedia berpartisipasi menjadi subjek penelitian sehingga penelitian menjadi lancar selama proses berlangsung.
7. Teman-teman yang sudi membantu dan meluangkan waktunya, Putri, Eko, Achi, Nisa, Ilham, Amel, Maul, Arief sehingga terlaksananya penelitiannya terimakasih atas bantuannya yang luar biasa.
8. Semua pihak yang telah membantu terselesaikan tesis ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT berkenan memberikan pahala yang sepadan dengan jerih payah Bapak, Ibu dan teman-teman lakukan dan semoga tesis sederhana ini bermanfaat.

Surakarta, 28 Oktober 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	13
C. Manfaat Penelitian.....	14
D. Keaslian Penelitian.....	14
BAB II LANDASAN TEORI.....	20
A. Depresi.....	20
B. Pelatihan Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT).....	31
C. Pelatihan SEFT Menurunkan Depresi Pada Siswa Tuna Daksa BBRSD Prof. DR. Soeharso Surakarta.....	44
D. Bagan Pemikiran Hubungan Antara SEFT dengan 2o Depresi.....	50

E. Hipotesis.....	51
BAB III METODE PENELITIAN.....	52
A. Identifikasi Variabel.....	52
B. Defenisi Operasional Variabel.....	52
C. Subjek Penelitian.....	53
D. Metode Pengumpulan Data.....	54
E. Rancangan Eksperimen.....	56
F. Prosedur Intervensi.....	57
G. Rancangan Intervensi.....	58
H. Metode Analisis Data.....	62
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	
A. Persiapan Penelitian.....	63
B. Pelaksanaan Penelitian.....	71
C. Analisis Data dan Interpretasi.....	80
D. Evaluasi Penelitian.....	110
E. Pembahasan.....	111
BAB V LAPORAN PENELITIAN.....	
A. Kesimpulan.....	124
B. Saran.....	125
DAFTAR PUSTAKA.....	127

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Hasil Prasurvey 2015	6
Tabel 2. Hasil Screening BDI Tahun 2016	9
Tabel 3. Penelitian Sebelumnya.....	15
Tabel 4. Perbedaan SEFT, Akupunture dan Akupresure.....	34
Tabel 5. Perbedaan EFT dan SEFT	35
Tabel 6. Kategorisasi Nilai BDI.....	55
Tabel 7. Rancangan Desain Penelitian.....	56
Tabel 8. Rancangan Pelatihan SEFT	59
Tabel 9. Pembagian Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	68
Tabel 10. Perbedaan Skor Depresi Baseline,Pretest,Posttes dan Follow up Kelompok Eksperimen dan Kontrol	81
Tabel 11. Gain Score Kel Eksperimen dan Kontrol.....	84
Tabel 12. Hasil <i>Uji Mann-Whitney U</i>	84
Tabel 13. Hasil Uji <i>Wilcoxon T Pretest-Posttest</i> Kel Eksperimen.....	85
Tabel 14. Hasil Uji <i>Wilcoxon T Posttest-Follow up</i> Kel Eksperimen.....	86
Tabel 15. Evaluasi Pelatihan.....	110

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Grafik Persentase Penyandang Cacat.....	2
Gambar 2. Bagan Pemikiran Hubungan SEFT dan Depresi.....	50
Gambar 3. Grafik Rata-rata Skor Depresi Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	82
Gambar 4. Grafik Perubahan Skor BDI Kelompok Ekperimen dan Kelompok Kontrol.....	87
Gambar 5. Grafik Penurunan Skor Depresi Ty.....	89
Gambar 6. Grafik Penurunan Skor Depresi An.....	93
Gambar 7. Grafik Penurunan Skor Depresi Ch.....	96
Gambar 8. Grafik Penurunan Skor Depresi Ca.....	99
Gambar 9. Grafik Penurunan Skor Depresi Ang.....	101
Gambar 10. Grafik Penurunan Skor Depresi Dn.....	105
Gambar 11. Grafik Penurunan Skor Depresi Yf.....	108
Gambar 12. Grafik Perbedaan Rerata Skor Depresi Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pada Kel Eksperimen dan Kel Kontrol.....	112

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Alat Ukur Beck Depression Inventory.....	134
	Pedoman Wawancara	150
Lampiran 2.	Informed Consent	152
Lampiran 3.	Rundown Pelatihan.....	154
Lampiran 4.	Lembar Observasi	158
Lampiran 5.	Lembar Evaluasi.....	165
Lampiran 6.	Hasil Profesional Judgment.....	170
Lampiran 7.	Tabulasi Baseline.....	187
	Tabulasi Pretest.....	188
	Tabulasi Posttest.....	189
	Tabulasi Follow Up.....	190
	Penurunan Aitem Kelompok Eksperimen.....	191
Lampiran 8.	Uji Hipotesis	192
Lampiran 9.	Surat Ijin	196
Lampiran 10.	Dokumentasi.....	198

EFEKTIVITAS PELATIHAN *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAL PENURUNAN DEPRESI SISWA
TUNADAKSA BBRSD PROF. Dr. SOEHARSO SURAKARTA

Yulfa Islaini, Moordiningsih, Rini lestari

Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammdiyah Surakarta

Email : oemaribrahim2016@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pelatihan *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) dalam menurunkan depresi yang disandang oleh siswa siswi difabel BBRSD. Prof. Dr. Seoharso Surakarta. Penelitian ini menggunakan *desain nonrandom control group pretest-posttets* dan subjek sebanyak 14 orang siswa-siswi difabel dengan kriteria mengalami cacat fisik, sedang mengikuti pelatihan keterampilan di BBRSD, berusia 17 sampai dengan 25 tahun, berjenis kelamin laki-laki dan wanita. Kemudian dibagi menjadi dua kelompok (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol). Hipotesis dalam penelitian adalah pelatihan *Spiritual Emotional Freedom Technique* efektif menurunkan depresi pada siswa tuna daksa di BBRSD Prof. DR. Soeharso Surakarta. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah *Beck Depression Inventory* (BDI) yang digunakan untuk mengukur tingkat depresi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat *pretest*, *posttest* dan *follow up*. Berdasarkan hasil analisis kuantitatif dengan uji statistik nonparametrik *Mann-Whitney U*, diketahui terdapat perbedaan penurunan skor depresi pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah diberikan pelatihan *spiritual emotional freedom technique* (SEFT). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelatihan *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) efektif menurunkan depresi pada siswa siswi BBRSD Prof.Dr. Soeharso Surakarta, sehingga pelatihan *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) dapat digunakan untuk mengatasi depresi pada difabel.

Kata Kunci : *depresi, pelatihan spiritual emotional freedom technique (SEFT), siswa siswa BBRSD Prof. Dr. Seoharso Surakarta*