

ABSTRAK
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Rachma Nila Shanty (07.860.0032)
Pemecahan Masalah Pada Penderita Depresi
(xiv + 149 halaman + 11 tabel + 5 lampiran)
Daftar bacaan : 36 (1985-2010)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses pemecahan masalah pada penderita depresi. *Diatesis stress*, kondisi psikososial yang menimbulkan tekanan, dan faktor keturunan merupakan beberapa faktor yang memengaruhi responden mengalami depresi mayor. Meskipun tidak semua individu rentan terhadap depresi karena faktor-faktor tersebut, namun faktor-faktor tersebut merupakan pemicu awal terjadinya depresi yang diawali dengan stres ringan dan kemudian berkembang menjadi depresi apabila tidak ditangani sejak dini kemunculannya. Pemecahan masalah merupakan tindakan awal yang secara naluriah akan dilakukan individu apabila individu sedang terjebak dalam suatu kondisi penuh tekanan dan masalah. Menghindari sumber masalah, memahami inti masalah dan mencari jalan keluarnya, serta menggunakan pengalaman (*insight*) terdahulu yang sama untuk memecahkan masalah yang hampir sama merupakan beberapa tindakan yang umumnya akan dilakukan individu ketika menghadapi masalah. Namun tidak semua individu mampu mengambil tindakan yang tepat untuk mengatasi masalah yang berbeda. Hal ini disebabkan karena pengetahuan yang berbeda-beda terhadap kemampuan pemecahan masalah.

Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan data mengenai Pemecahan Masalah Pada Penderita Depresi. Penelitian ini menggunakan dua orang responden wanita dengan karakteristik responden penderita depresi mayor. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti melihat bahwa proses pemecahan masalah pada kedua responden belum secara maksimal dapat menghilangkan episode depresi mayor secara menyeluruh namun tindakan pemecahan masalah yang dilakukan kedua responden dapat mengurangi frekuensi terjadinya episode depresi mayor yang dialami kedua responden. Oleh karena itu, proses pemecahan masalah sangat berkontribusi untuk mengurangi frekuensi terjadinya kekambuhan depresi.

Kata Kunci : Depresi, Depresi Mayor, Pemecahan Masalah