

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS PELATIHAN KECAKAPAN HIDUP (*LIFE SKILLS*)
TERHADAP SKOR DEPRESI PADA REMAJA
Studi di SMAN 1 Tuntang Kabupaten Semarang

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana
Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



Disusun oleh
NUR ATIKA NOVIANTI
20120310170

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2016

HALAMAN PENGESAHAN KTI
EFEKTIVITAS PELATIHAN KECAKAPAN HIDUP (*LIFE SKILLS*)
TERHADAP SKOR DEPRESI PADA REMAJA

Disusun oleh:

Nama : Nur Atika Novianti

No. Mahasiswa : 20120310170

Yogyakarta, 16 Desember 2015

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing,

Dosen Penguji,

dr. Ida Rochmawati, M.Sc, Sp.KJ

dr. Warih Andan Puspitosari, M.Sc, Sp.KJ

NIP: 196912122006042011

NIP: 103042

Mengetahui,
Kaprosdi Pendidikan Dokter FKIK
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

dr. Alfaina Wahyuni, Sp.OG, M.Kes

NIP:173027

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Atika Novianti
No. Mahasiswa : 20120310170
Program Studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya tulis saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan manapun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, Desember 2015

Yang membuat pernyataan,

Nur Atika Novianti

MOTTO

***“Better to feel how hard education is at this time
rather than feel the bitterness of stupidity, later”***

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan petunjuk, kekuatan, dan hidayah-Nya, sehingga karya tulis ilmiah yang berjudul **“Efektivitas Pelatihan Kecakapan Hidup (*Life Skills*) terhadap Skor Depresi pada Remaja”** ini dapat disusun dan diselesaikan dengan baik.

Penulisan karya tulis ilmiah ini dapat terwujud tidak lepas dari bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Ayah, Ibu, serta kedua adikku Ando dan Hafiz yang selalu memberikan perhatian, dukungan baik moral maupun material, motivasi, dan doa kepada penulis.
2. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun proposal karya tulis ilmiah ini.
3. dr. Alfaina Wahyuni, Sp. OG., M.Kes. selaku Kaprodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun proposal karya tulis ilmiah ini.

4. dr. Ida Rochmawati, M.Sc., Sp.KJ selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, waktu, saran, dan pengarahan, serta semangat dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
5. dr. Warih Andan Puspitosari, M.Sc., Sp.KJ selaku dosen penguji dalam sidang proposal karya tulis ilmiah ini.
6. Drs. Kaswanto, M.Pd dan Dra. Puji Utami selaku kepala sekolah dan wakil kepala sekolah SMAN 1 Tuntang yang telah memberikan izin dan kesempatan pada peneliti untuk melakukan penelitian di SMAN 1 Tuntang.
7. Rekan-rekan penelitian yang luar biasa Isna Nabilla, Putri Meidiana Ayu, dan Yunita Sumantri yang selalu memberi semangat, bantuan, serta berbagi suka dan duka bersama.
8. Sahabat-sahabat tersayang Atna, Arum, Wanda, Yuli, Indira yang selalu memberi dukungan dan semangat di setiap waktu.
9. Teman-teman seperjuangan Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2012.
10. Para staf pengajar dan karyawan serta pihak-pihak lain Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas referensi ilmu dan informasinya.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan dan ketidaksempurnaan, sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk mendukung

penyempurnaan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, penulis mengharapkan karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, Desember 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Remaja.....	10
1. Definisi Remaja.....	10
2. Klasifikasi Remaja.....	11
3. Aspek Perkembangan Remaja.....	12

4. Karakteristik Perkembangan Remaja	13
B. Depresi.....	15
1. Definisi Depresi	15
2. Epidemiologi	16
3. Faktor Penyebab Depresi	17
4. Klasifikasi Depresi	20
5. Diagnosis	26
6. Penatalaksanaan Depresi	27
C. Kecakapan Hidup (<i>Life Skills</i>)	30
1. Definisi Kecakapan Hidup	30
2. Komponen Kecakapan Hidup	31
3. Manfaat Kecakapan Hidup	34
D. Kerangka Teori	37
E. Kerangka Konsep	38
F. Hipotesis	38
BAB III. METODE PENELITIAN	39
A. Desain Penelitian	39
B. Rancangan Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel Penelitian	41
D. Lokasi dan Waktu Penelitian	42
E. Variabel Penelitian	43
F. Definisi Operasional	43
G. Instrumen Penelitian	44

H. Jalannya Penelitian	45
I. Analisis Data	49
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. HASIL	50
1. Gambaran Lokasi Penelitian	50
2. Karakteristik Subjek Penelitian	50
3. Distribusi Skor Depresi Subjek Penelitian	52
4. Analisis Statistik	53
B. PEMBAHASAN	53
1. Karakteristik Subjek Penelitian	53
2. Skor Depresi Subjek Penelitian	55
3. Efektivitas Pelatihan Kecakapan Hidup (<i>Life Skills</i>)	57
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	37
Gambar 2. Kerangka Konsep	38
Gambar 3. Rancangan Penelitian	40

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	9
Tabel 2. Jalannya Penelitian	49
Tabel 3. Karakteristik Subjek Penelitian	51
Tabel 4. Rata-rata Skor Depresi	52
Tabel 5. Perubahan Skor Depresi	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pernyataan Menjadi Responden

Lampiran 2. Kuesioner *Beck Depression Inventory* (BDI)

Lampiran 3. Hasil Analisis Data SPSS

Lampiran 4. Modul Kecakapan Hidup

Lampiran 5. Surat Keterangan Kelayakan Etika Penelitian