

ABSTRAK

Astutik Fuji. 2013. *Kebermaknaan Hidup Pada Mantan Pasien Gangguan Depresi: (studi life historis mantan penderita gangguan depresi)*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang: Dr. Yulia sholichatun, M.Si

Kata Kunci:kebermaknaan hidup, mantan pasien gangguan depresi

Pada dasarnya setiap manusia mendambakan kehidupan yang tenang dan bahagia. Namun kadangkala terlena oleh kebahagiaan sesaat yang justru mendatangkan malapetaka bagi dirinya. Begitulah yang terjadi pada subjek yang akhirnya mengalami kenyataan hidup yang pahit yaitu depresi. Kondisi depresi ini diiringi dengan kecemasan, kebosanan dan kebingungan sampai akhirnya percobaan bunuh diri. Berbekal pemaknaan akan sebuah kejadian dalam hidup seseorang akan mampu menyikapi kejadian tersebut. Karena memaknai berarti menyikapi secara positif kemudian bertindak secara positif pula. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kebermaknaan hidup pada mantan pasien gangguan depresi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, karena dengan metode ini dapat dipahami perilaku individu menurut pemahaman dan sudut pandang si pelaku. Jenis penelitian yang diambil adalah studi kasus *life history* yang mencoba mengungkap secara terperinci kisah dan dinamika kehidupannya. Peneliti mengambil subjek seorang yang pernah mengalami depresi dan sempat dirawat inap di salah satu rumah sakit jiwa. Subjek dianggap cocok untuk menjadi subjek penelitian pada kali ini karena selain pernah mengalami depresi subjek juga sudah pulang kerumah dan mampu beraktifitas dengan baik.

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan metode wawancara secara mendalam dan observasi. Wawancara tidak hanya dilakukan pada subjek, akan tetapi juga pada orang lain yang memiliki pengetahuan mengenai subjek. Hal ini dilakukan untuk memperkaya data dan mengecek kebenaran data dari subjek.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mampu keluar dari depresinya dengan memaknai kehidupan. Subjek melakukan dinamika dan proses pemaknaan melalui tiga step dalam hidupnya. Step pertama yaitu tahap terjadinya permasalahan dalam hidup subjek sampai akhirnya depresi. step kedua subjek masuk pada pola proses memaknai kejadian yang dialaminya. Proses ini diawali dengan pemahaman dirinya. Step terakhir subjek mampu untuk menemukan makna hidupnya.