

**EFEKTIVITAS TERAPI PSIKOSPRITUAL PADA SANTRI DENGAN
GEJALA DEPRESI DI PONDOK PESANTREN REHABILITASI
DARUN NAJAH KABUPATEN KEDIRI**

SKRIPSI



Disusun oleh :

Nadhifah Salsabila (933410318)

**PROGAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**EFETIVITAS TERAPI PSIKOSPRITUAL PADA SANTRI DENGAN
GEJALA DEPRESI DI PONDOK PESANTREN REHABILITASI DARUN
NAJAH KABUPATEN KEDIRI**

NADHIFAH SALSABILA
933410318


Disetujui oleh:

Pembimbing I



Tatik Imadatus S., M.Psi. Psikolog
NIP. 198102152009122003

Pembimbing II



Gigih Wahyu Pratomo, M.A
NIP. 198404072019031003

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 16 Mei 2023

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Di

Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Nadhifah Salsabila

NIM : 933410318

Judul: EFEKTIVITAS TERAPI PSIKOSPIRITUAL PADA
SANTRI DENGAN KELUHAN DEPRESI DI PONDOK
PESANTREN REHABILITASI DARUN NAJAH
KABUPATEN KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II



Tatik Imadatus S., M.Psi. Psikolog

NIP. 198102152009122003



Gigih Wahyu Pratomo, M.A

NIP. 198404072019031003

MOTTO

أَنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا

Jika kamu berbuat baik berarti kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri, dan jika kamu berbuat buruk maka kamu berbuat buruk bagi dirimu sendiri.

(QS:Al-Isra'7)

HALAMAN PENGESAHAN
EFEKTIVITAS TERAPI PSIKOSPIRITUAL PADA SANTRI DENGAN
GEJALA DEPRESI DI PONDOK PESANTREN REHABILITASI DARUN
NAJAH KABUPATEN KEDIRI

NADHIFAH SALSABILA

NIM. 9334.103.18

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Pada tanggal 19 Juni 2023

1. Penguji Utama

Nur Aziz Afandi, S.Psi., M.Si (.....)

NIP. 1960042011987032002

2. Penguji 1

Tatik Imadatus S., M.Psi. Psikolog (.....)

NIP. 198102152009122003

3. Penguji 2

Gigih Wahyu Pratomo, M.A (.....)

NIP. 198404072019031003

Tim Penguji

Kediri, 11 Juli 2023

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

DR. A Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

Pernyataan Keaslian Tulisan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Nadhifah Salsabila

Nim : 933410318

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang telah saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi saya ini plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Sidoarjo 10 juni 2023

Yang membuat pernyataan

Nadhifah Salsabila

ABSTRAK

Nadhifah Salsabila, 933410318. Dosen Pembimbing Pertama Tatik Imadatus S., M.Psi. Psikolog. Dosen pembimbing kedua Gigih Wahyu Pratomo, M.A. Gambaran Terapi Psikospiritual Pada Santri Dengan Keluhan Depresi Di Pondok Pesantren Rehabilitasi Darun Najah Kabupaten Kediri Progam Studi Psikologi Islam. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri, 2023

Kata kunci: *Depresi, Terapi psikospiritual*

Depresi merupakan penyakit mental yang umumnya terjadi di masyarakat, yang awalnya di mulai dari stres yang tidak dapat diatasi, sehingga seseorang dapat jatuh dalam gangguan depresi. Penderita depresi umumnya mengalami gangguan seperti emosi, motivasi, fungsional dan gerakan tingkah laku serta kognisi. Depresi sendiri memiliki beberapa tingkatan, dari penelitian sebelumnya membuktikan bahwa individu yang memiliki depresi dapat membaik atau dapat mengurangi keluhan depresi dengan melaksanakan beberapa terapi.

Penelitian jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen dengan format *one grup pretest-posttest* tanpa ada kelompok pembandingan. Alat penelitian ini adalah skala depresi dengan bertujuan mengukur tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya dampak dari terapi yang diberikan pada santri dapat mengurangi skor depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah. Dari hasil uji Spss adalah nilai rata-rata *pretest* adalah 18.75. nilai *posttest* adalah nilai *posttest* adalah 13.00. dari hasil uji wilcoxon adalah diketahui nilai Asymp.Sig 2 (2-tailed) adalah 0.066 lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak artinya ada tidak ada perubahan nilai *pretest* dan *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada tidak ada perubahan tingkat depresi pada santri di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah swt, yang telah memberikan kesempatan dan kasih sayang-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul Gambaran Terapi Pada Santri Dengan Keluhan Depresi di Pondok Pesantren Rehabilitasi Darun Najah. Dapat terselesaikan dengan baik.

Proses penyusunan skripsi ini mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan, dukungan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Wahidul Anam, M.Ag sebagai rektor IAIN Kediri atas segala kebijaksanaanya, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini
2. Dr. Halil Thamir, MHI sebagai dekan fakultas IAIN kediri selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah atas segala kebijaksanaanya, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini
3. Ibu Tatik Imadatus S., M.Psi. Psikolog dan juga bapak Gigih Wahyu Pratomo, M.A selaku dosen pembimbing I dan Pembimbing II yang telah meberikan dukungan dan juga arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Kedua orang tua saya, bapak Minarka serta ibu saya Astutik yang telah memberikan dukungan dan juga mendoakan demi kelancaran studi penulis dengan semaksimal mungkin.
5. Kepada abah Moh Jahlen dan juga pengurus pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah yang telah memberikan izin untuk bisa melakukan penelitian ditempat rehabilitasi tersebut.
6. Kepada para subjek yang telah bersedia menjadi subjek penelitian ini.
7. Kepada Maktik *squad* yang telah memberikan dukungan, keberlangsungan penyelesaian skripsi penulis
8. Kepada para *bestie* penulis Dini, Dea Rizki, Bertha, Inka, Naufalia yang telah memberikan dukungan dan juga hiburan selama proses penulisan skripsi ini

9. Mahasiswa Psikologi angkatan 18 yang telah memberikan dukungan selama proses studi berlangsung
10. Dan berbagai pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan moril untuk penulis bisa menyelesaikan studi

Semoga amal kebaikan yang telah diberikan bisa memberikan berkah serta manfaat bagi kita semua

Sidoarjo 10 Juni 2023

Penulis

Nadhifah Salsabila

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	1
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
Pernyataan Keaslian Tulisan	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat penelitian.....	5
E. Definisi Oprasional	5
F. Penelitian Terdahulu	6
BAB II KAJIAN TEORI	9
A. Depresi	9
1. Pengertian Depresi	9
2. Tanda-tanda Depresi.....	9
3. Macam-macam depresi.....	11
B. Pondok Pesantren Rehabilitasi.....	18
1. Definisi rehabilitasi	18
2. Fungsi Rehabilitasi	19
3. Terapi Psikospiritual.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Rancangan Penelitian	28

B. Populasi dan Sampel	28
C. Pengumpulan Data	29
D. Instrumen Penelitian.....	31
E. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN DATA.....	33
A. Deskripsi Tempat Penelitian	33
B. Gambaran Subjek Penelitian	35
C. Pelaksanaan Terapi Pada Santri Dengan Keluhan Depresi Di Pondok Pesantren Rehabilitasi Darun Najah	35
D. Deskripsi Data Penelitian.....	38
BAB V PEMBAHASAN	42
A. Sebelum diberi intervensi (<i>pre-test</i>).....	42
B. Sesudah diberi intervensi (<i>posttest</i>).....	43
C. Dampak Terapi Terhadap Penurunan Skor Depresi Pada Santri di Pondok Pesantren Rehabilitasi Darun Najah	43
BAB VI PENUTUP	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR TABEL

Table 1 Skala Depresi.....	29
Table 2 Jadwal Kegiatan Santri	34
Table 3 Hasil Uji Normalitas	38
Table 4 Deskripsi Statistik	39
Table 5 hasil pre-test dan post test	40
Table 6 Hasil Uji Wilcoxon Pretest dan postest.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Hasil Skala Depresi Sebelum Diberikan Terapi

Lampiran 2 : Hasil Skala Depresi Sesudah Diberikan Terapi

Lampiran 3: foto-foto kegiatan

Lampiran 4: Surat Izin Penelitian

Lampiran 5: Biografi Penulis