

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

## **HUBUNGAN ANTARA POLA PIKIR NEGATIF DENGAN KECENDERUNGAN DEPRESI PASCAPUTUS CINTA PADA DEWASA AWAL**

JIHAAN KAMILA

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77562&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Depresi dapat terjadi secara umum dan dapat dialami pada seseorang yang sedang berada pada fase putusnya suatu hubungan, kematian dari seseorang yang dicintai atau kegagalan pribadi yang dapat membuat kehidupan orang tersebut menjadi suram, seperti adanya perasaan tertekan, perasaan bersalah yang tak kunjung hilang, kesedihan yang berlarut, kehilangan minat terhadap sesuatu, dan menarik diri dari orang lain. Depresi timbul akibat dari berbagai pola pikir negatif dan dapat berujung pada perilaku negatif seperti rasa ingin bunuh diri. Sebanyak 80% anak Indonesia berpotensi memiliki pola pikir negatif saat dewasa. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola pikir negatif dengan kecenderungan depresi pascaputus cinta pada dewasa awal serta menambah ilmu pengetahuan mengenai aspek-aspek depresi, faktor-faktor pemicu pola pikir negatif, dan strategi agar dapat merubah pola pikir negatif menjadi positif. Metode yang digunakan pada penelitian ini, yaitu menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi dan teknik yang digunakan adalah accidental sampling. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner yang terdiri dari skala pola pikir negatif dan skala depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai sig. < 0,001 dan memiliki pearson correlation sebesar 0,636. Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara pola pikir negatif dengan kecenderungan depresi pascaputus cinta pada dewasa awal.