



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP TINGKAT

STRES PASIEN *SKIZOFRENIA* DI RUMAH SAKIT

JIWA DAERAH Dr. RM. SOEDJARWADI

JAWA TENGAH

TAHUN 2017

SABINUS PAMRASJANTOKO

1302018

PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH

TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2017

PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP TINGKAT

STRES PASIEN *SKIZOFRENIA* DI RUMAH SAKIT

JIWA DAERAH Dr. RM. SOEDJARWADI

JAWA TENGAH

TAHUN 2017

SKRIPSI

Di ajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

SABINUS PAMRASJANTOKO

1302108

PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH

TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2017

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif terhadap Tingkat Stres Pasien *Skizofrenia* di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah Tahun 2017” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau institusi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, September 2017

(Sabinus Pamrasjantoko)

1302108



Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan tim penguji pada September 2017

Penguji I : Sri Wahyuni, MPH.

Penguji II : Widyastuti ER., APP., MPH.

Penguji III : Ruthy Ngapiyem, S.Kp., M.Kes.

Mengesahkan

Mengetahui :

Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Ka Prodi S1 Ilmu Keperawatan



(Niken W.N. Palupi, S.Kp., M.Kes)

(Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS.)

MOTTO

AD MAIOREM DEI GLORIAM

²⁸Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu. ²⁹Pikullah kuk yang Kupasang dan belajarlah pada-Ku, karena Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan mendapat ketenangan. ³⁰Sebab kuk yang Kupasang itu enak dan beban-Ku pun ringan”
(Matius 11:28-29).

“Apa yang aku bisa berikan, aku berikan”

(espe)

PERSEMBAHAN

Lembar persembahan ini saya persembahkan untuk:

1. Kepada Allah Bapa, Putra dan Roh kudus yang selalu mengetahui kebutuhanku dan memberikan *surprise* dalam menjalankan penelitian ini.
2. Kepada Tante Elisa, Oma Fedora Mok (alm), dan Tante Sisca beserta keluarga besar Mok dalam membiayai pendidikan hingga saat ini dan memberikan pesan – pesan yang tersirat dalam perkembangan hidupku.
3. Kepada Ibu Ruthy Ngapiyem, S.Kp., M.Kes. yang senantiasa membimbingku dalam penyusunan skripsi ini.
4. Kepada Ibu dan keluarga yang menjadi tempatku untuk kembali menyadari bahwa aku masih punya tempat berpulang dengan segala keluh kesah yang menerima apa adanya diriku.
5. Kepada teman – teman STIKES Bethesda terkhusus Petrus, Lades, Cheni, Niken, kakak tingkat terkhusus Kak Petrus, adik tingkat yang memberikan semangat dan asisten penelitian yang membantu keberlangsungan penelitian ini.
6. Kepada Romo John SJ sebagai sahabat rohani untuk berproses dalam sejarah hidup saya.

ABSTRAK

SABINUS PAMRASJANTOKO. “Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif terhadap Tingkat Stres Pasien *Skizofrenia* di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah Tahun 2017”.

Latar Belakang: *Skizofrenia* merupakan salah satu gangguan jiwa yang menduduki peringkat ke 4 dari 10 penyakit terberat di seluruh dunia. Data Instalasi Rekam Medik RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah tahun 2013, menunjukkan bahwa kurang lebih 90% pasien gangguan jiwa didiagnosis *skizofrenia*. *Skizofrenia* dilihat sebagai contoh paling hebat dari ketidakmampuan mengatasi stres. Terapi menulis ekspresif adalah sebuah proses dengan menggunakan metode ekspresif untuk mengungkapkan pengalaman emosional dan mengurangi stres yang dirasakan individu.

Tujuan: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap tingkat stres pasien *skizofrenia* di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah Tahun 2017.

Metode: Desain penelitian *Pre Eksperimental* dengan jenis *one group pretest – posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien *skizofrenia* di bangsal inap RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah sebanyak 51 orang. Sampel berjumlah 16 orang dengan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner tingkat stres adaptasi Muhoharoh 2013 yang di modifikasi dengan menggunakan uji analisis *Wilcoxon Match Pair Test*.

Hasil: Hasil sebelum dan sesudah diberikan terapi menulis ekspresif didapatkan nilai p 0,513 ($p > 0,05$).

Kesimpulan: Tidak ada pengaruh yang signifikan terapi menulis ekspresif terhadap tingkat stres pasien *skizofrenia* di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah Tahun 2017.

Rekomendasi: Dapat untuk referensi penelitian selanjutnya dengan metode studi kualitatif.

Kata kunci: terapi menulis ekspresif, tingkat stres, *skizofrenia*

xv+119 hal + 14 tabel + 2 skema + 16 lampiran

Kepustakaan: 35, 2007-2016

ABSTRACT

SABINUS PAMRASJANTOKO. “The Effect of Expressive Writing Therapy on Stress Level of Patients with Schizophrenia in RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Central Java in 2017”.

Background: Schizophrenia is one of mental disorders that get rating 4 from 10 the biggest sickness in the world. Data from Instalation Medical Record RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Central Java 2013, showed that more or less 90% patients of mental disorder was diagnosed schizophrenia. Schizophrenia is seen as example of the severest inability to resolve stress. Expressive writing therapy is an expressive method for expressing emotional experience and to reduce stress.

Objective: To know the effect of expressive writing therapy on stress level of patients with schizophrenia in RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Central Java in 2017.

Methods: It was a pre experiment research with one group pre test and post test design. The population in this research was 51 patients of schizophrenia at RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Central Java. The sample was 16 respondents taken with purposive sampling technique. The measure used adapted questionnaire from Muthoharoh 2013 that was modified and Wilcoxon match pair test for the analysis.

Result: The result of pre test and post test after given expressive writing therapy is $p = 0,513$ ($p > 0,05$).

Conclutions: There is no significant effect of expressive writing therapy on stress level of patients with schizophrenia in RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Central Java in 2017.

Recommendation: The results of this research can be a reference of the next research with study qualitative methods.

Keywords: expressive writing therapy, stress level, schizophrenia.

xv + 119 pages + 14 table + 2 schemas + 16 appendices

Bibliography: 35, 2007-2016

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tidak terhingga ditujukan kehadirat Bapa Surgawi yang telah memberikan berkat dan penguatan yang luar biasa selama proses pembuatan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif terhadap Tingkat Stres Pasien *Skizofrenia* di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah tahun 2017”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan..

Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Niken WN Palupi, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak dr. Tri Kuncoro, M.M.R., selaku Direktur Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Jawa Tengah yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah.
3. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS., selaku Kepala Prodi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Ruthy Ngapiyem, S.Kp., M.Kes., selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberi koreksi, saran dan motivasi selama penyusunan skripsi.
5. Ibu Sri Wahyuni, MPH., selaku dosen penguji I yang telah banyak memberi masukan dan koreksi dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Widyastuti ER., APP., MPH., selaku dosen penguji II yang telah banyak memberi masukan dan koreksi dalam penyusunan skripsi
7. Pihak Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta atas pelayanan peminjaman buku yang digunakan sebagai sumber kepustakaan.

8. Teman – teman mahasiswa Program Studi Strata Satu (S1) Ilmu Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Peneliti memohon saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya.

Yogyakarta, September 2017

Penulis

(Sabinus Pamrasjantoko)

1302108

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Penulisan	8
C. Tujuan Penulisan	8
D. Manfaat Penulisan	9
E. Keaslian Penelitian	10
BAB II : KAJIAN TEORI	16

A. Landasan Teori	16
1. <i>Skizofrenia</i>	16
a. Pengertian <i>skizofrenia</i>	16
b. Etiologi	16
c. Klasifikasi	17
d. Patofisiologi	19
e. Manifestasi klinis	20
f. Fase – fase <i>skizofrenia</i>	22
g. Kriteria <i>skizofrenia</i>	23
h. Penatalaksanaan	24
i. Komplikasi	28
j. Prognosis	30
2. Stres	31
a. Pengertian stres	31
b. Proses terjadinya stres	31
c. Jenis stres	33
d. Penyebab stres	35
e. Konsekuensi akibat stres	38
f. Aspek psikososial	41
g. Tingkat stress	41
h. Sumber – sumber stres dalam kehidupan	43
i. Faktor presipitasi stres	46
j. Respons stres	48
k. Mekanisme koping pada stres	51
l. Prinsip dasar mengatasi stres	53
m. Cara ukur stres	59
3. Terapi Menulis Ekspresif	64
a. Pengertian Terapi Menulis Ekspresif.....	64
b. Manfaat Terapi Menulis Ekspresif.....	65
c. Teori – teori yang mendasari.....	66
B. Kerangka Teori	73

C. Kerangka Konsep	74
D. Hipotesis Penelitian.....	75
E. Asumsi	75
F. Variabel Penelitian	75
1. Definisi Konseptual	76
2. Definisi Operasional	77
 BAB III : METODE PENELITIAN	 78
A. Desain Penelitian	78
B. Waktu dan Tempat Penelitian	78
C. Populasi dan Sampel	79
D. Alat Ukur Penelitian	81
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	82
F. Etika Penelitian	85
G. Prosedur Pengumpulan Data	87
H. Analisis Data	92
 BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	 98
A. Hasil Penelitian	98
B. Pembahasan Hasil Penelitian	106
C. Keterbatasan Penelitian	111
 BAB V : PENUTUP	 112
A. Kesimpulan	112
B. Saran	113
 DAFTAR PUSTAKA	 117
 LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Keaslian Penelitian	11
Tabel 2. Tipe <i>Skizofrenia</i>	18
Tabel 3. Fase <i>Skizofrenia</i>	22
Tabel 4. Matriks Manajemen Waktu	56
Tabel 5. Definisi Operasional	77
Tabel 6. Item Kuesioner Tingkat Stres	82
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	98
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	99
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan	100
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan	100
Tabel 11. Distribusi Tingkat Stress Sebelum dilakukan Intervensi	101
Tabel 12. Distribusi Tingkat Stress Sesudah dilakukan Intervensi	101
Tabel 13. Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif	102
Tabel 14. Hasil Penghitungan Uji <i>Wilcoxon</i>	104

DAFTAR SKEMA

	Hal
Skema 1. Kerangka Teori	73
Skema 2. Kerangka Konsep Penelitian	74

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat ijin studi awal di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah
- Lampiran 2 Surat *Ethical Clearance* dari Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta
- Lampiran 3 Surat Ijin Uji Validitas di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Pakem Yogyakarta
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Jawa Tengah
- Lampiran 5 Lembar Penjelasan kepada Subjek Penelitian
- Lampiran 6 Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Asisten
- Lampiran 9 Kuesioner Tingkat Stress
- Lampiran 10 SOP Terapi Menulis Ekspresif
- Lampiran 11 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 12 Tabel Olahan Data
- Lampiran 13 Tabel Umum
- Lampiran 14 Hasil Perhitungan Uji Statistik
- Lampiran 15 CV Peneliti
- Lampiran 16 Lembar Konsultasi