

PENGARUH TERAPI CREATIVE WRITING HUMORS TERHADAP
PENURUNAN STRES PADA ORANG DENGAN HIV/AIDS (ODHA) DI LSM
SADAR HATI MALANG

Tugas Akhir

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan



Oleh:

Bingar Nurullah

NIM: 0910720026

JURUSAN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

MALANG

2013

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

**PENGARUH TERAPI CREATIVE WRITING HUMORS
TERHADAP PENURUNAN STRES
PADA ORANG DENGAN HIV/AIDS (ODHA) DI LSM SADAR HATI MALANG**

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan

Oleh:

Bingar Nurullah

NIM: 0910720026

Telah diuji pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 28 Agustus 2013

Dinyatakan lulus oleh

Penguji I

Ns. Kumboyono, S.Kep. M.Kep. SpKom

NIP. 197502222001121005

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr.dr.Achdiat Agoes, Sp.S
19520406 197603 1 005

Ns. Setyoadi, S.Kep. M.Kep. Sp.Kep.Kom
19780912 2005021016

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.dr. Kusworini, M.Kes, Sp.PK
NIP. 19560331 198802 2 001

Kata Pengantar

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah Nya sehingga saya masih diberi kesehatan, sehingga dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh Terapi Creative Writing Humors terhadap Penurunan Stres pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA) di LSM Sadar Hati Malang”.

Dengan selesainya Tugas Akhir ini, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Dr. dr. Karyono Mintaroem, Sp.PA, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
2. Dr.dr. Kusworini, M.Kes, Sp.PK selaku Ketua Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
3. Dr.dr.Achdiat Agoes, Sp.S sebagai pembimbing pertama yang telah memberikan arahan dan bantuan untuk menyelesaikan Tugas Akhir dengan baik dan benar.
4. Ns. Setyoadi, S.Kep. M.Kep. Sp.Kep.Kom sebagai pemimpin kedua yang telah memberikan semangat dan saran yang sangat membantu dalam penyelesaian Tugas Akhir ini agar berjalan dengan baik.
5. Ns. Kumboyono, S.Kep. M.Kep. Sp.Kom sebagai dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran, agar tugas akhir ini menjadi lebih baik
6. Seluruh tim pengelola Tugas Akhir FKUB yang telah rela membantu melancarkan penyelesaian Tugas Akhir ini, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. LSM Sadar Hati yang telah membantu banyak dalam penelitian ini, serta memberikan banyak pengalaman, sehingga peneliti lebih tahu kondisi nyata ODHA di lapangan
8. ODHA yang berpartisipasi dalam penelitian ini dan sudah bersedia meluangkan waktunya untuk menulis.
9. Orang tua saya yang selalu mendukung dari segi psikologi maupun materi, dan terus menyemangati saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini
10. Lukman, Ina Martiana, Nurul Ardinawati, Gigih Adetya, Danang Ramadhani, Teguh Suprianto, Muhammad Daroini, Fendi Eka, Lingga



Arisandy, Bobby, Raisand, dan seluruh teman-teman IK Brawijaya 2009 yang sudah banyak membantu.

Penulis menyadari, bahwa penulisan ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala kritik dan saran yang membangun. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

The logo of Universitas Brawijaya is a circular emblem. The outer ring contains the text "UNIVERSITAS BRAWIJAYA" in a bold, sans-serif font. Inside the circle is a traditional Javanese relief sculpture of a central figure, likely a deity or ruler, flanked by two smaller figures. The entire logo is rendered in white against a grey background.

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

ABSTRAK

Nurullah, Bingar. 2013. Pengaruh Terapi *Creative Writing Humors* terhadap Penurunan Stres pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA) di LSM Sadar Hati Malang. Tugas Akhir. Jurusan Ilmu keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya. Dosen Pembimbing: (1) Dr.dr.Achdiat Agoes, Sp.S (2) Ns. Setyoadi, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.Kom

Populasi orang-orang yang hidup dengan HIV/AIDS (ODHA) di Indonesia khususnya di Malang masih cukup tinggi. ODHA merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah psikologi, terutama stres. Maka dari itu peneliti menawarkan alternatif coping untuk menurunkan stres pada ODHA, yaitu dengan terapi *creative writing humors*. Terapi *creative writing humors* mempunyai manfaat dapat meningkatkan mood, sebagai bahan refleksi diri, dapat mengeksplor perasaan dan emosi seseorang. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari terapi *creative writing humors* terhadap penurunan stres ODHA di LSM Sadar Hati Malang. Penelitian ini menggunakan Desain penelitian *quasy experiment* dengan pendekatan metode satu kelompok *pre test - post test design*. Total sampel yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 17 sampel dengan menggunakan teknik *sampling purposive sampling*. Prosedur terapi ini, yaitu pertama, peneliti mengukur skor stres dengan *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS), setelah itu mulai sampel menulis humor berdasarkan pengalaman mereka dalam dua Minggu dan membagi cerita tersebut kepada orang terdekatnya. Kedua, setelah dua minggu, peneliti mengukur skor stres untuk mengetahui efek dari terapi ini. Hasil dari penelitian ini menunjukan, nilai *p value* ($0,053 > 0,05$). Kesimpulannya, terapi *creative writing humors* tidak efektif untuk mengurangi stres pada ODHA. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah mengembangkan terkait dengan prosedur terapi, yaitu dengan melakukannya secara berkelompok sesuai penelitian sebelumnya, karena dengan metode kelompok ODHA akan mendapat timbal balik dari teman yang lain dan terkait kondisi sampel yang akan ikut terapi *creative writing humors* perlu diperbaiki lagi terkait kriteria inklusi dan eksklusi. ODHA yang akan berpartisipasi dalam terapi ini sebaiknya harus mampu, terampil dalam menulis dan masih memiliki *sense of humor*.

Kata kunci: *Creative writing humors*, stres, ODHA



Abstract

Nurullah, Bingar. 2013. The Effect of Creative Writing Humors Therapy for Reduce Stress in People Living with HIV/AIDS (PLWHA) at Sadar Hati Foundation Malang. Final Assignment, Nursing Program, Faculty of Medicine, Brawijaya University. Supervisor: (1) Dr.dr.Achdiat Agoes, Sp.S (2) Ns. Setyoadi, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.Kom

The population people living with HIV/AID (PLWHA) in Indonesia especially in Malang is still high. ODHA is one of groups that susceptible having stress. Therefore, researcher offer creative writing humors therapy as alternatif coping. This therapy has many benefits, among others to increase mood, to explore our emotion and feelling, and can be ourself refllection. The main aim of this research is to know the effect of creative writing humors therapy for reduce stress in PLWHA at LSM Sadar Hati Malang. Design that used in this research is quasy experiment with approximation method *one group pretest posttest design*. Total sampel who participated in this research is 17 samples and Sampling technic that used in this research is purposive sampling. The procedur of creative writing humors therapy are First, researcher measure score stress with *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS), after that samples start writing humors based on their experiences in 2 weeks. After 2 weeks, the researcher measure score stress for knowing the effect of this therapy. The result of this research show, the signification value (p) ($0,053$) $>$ ($0,05$). In conclusion, Creative writing humors is not effective for reduce stress in ODHA. The suggestion for next research this therapy need some fix in a procedure, examples creative writing humors therapy will be effective if did with grouping method, because with grouping method ODHA can get a feedback from others and related conditions of the samples need to be fixed again especially for criteria of inclusion and exclusion, that are the samples who will join in this therapy must be capable for writing, still have sense of humor, and not in crisis conditions.

Keywords: ODHA, stress, Creative Writing Humors



DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Abstrak	v
Abstract	vi
Daftar Isi	vii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Lampiran	xii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Akademik	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.4.3 Manfaat Bagi ODHA	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres pada ODHA	7
2.1.1 Stresor pada ODHA	7
2.1.1.1 Stresor Eksternal	7
2.1.1.2 Stresor Internal	10

2.1.2 Gejala Stres pada ODHA	12
2.1.3 Upaya Penanganan Stres pada ODHA	12
2.2 <i>Creative Writing Humors</i>	14
2.2.1 Konsep Dasar Terapi Menulis	14
2.2.2 Terapi Humor	16
2.2.2.1 Macam-Macam Humor	18
2.2.2.2 Manfaat Humor bagi Kesehatan	19
2.2.3 Praktik <i>Creative Writing Humors</i>	20

BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep	26
3.3 Hipotesis Penelitian	27

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian.....	28
4.2 Populasi dan Sampel	28
4.2.1 Populasi	28
4.2.2 Sampel	28
4.2.3 Besar Sampel.....	29
4.2.4 Teknik Sampling	30
4.3 Variabel Penelitian	30
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	31
4.5 Instrumen Penelitian	31
4.5.1 Validitas Subskala Stres DASS	32
4.5.2 Reabilitas Subskala Stres DASS	32
4.6 Definisi Operasional.....	33
4.7 Pengumpulan Data	34

4.8 Analisa Data	35
4.8.1 Analisis Univariat	35
4.8.2 Analisis Bivariat.....	36
4.9 Etika Penelitian	36
BAB V HASIL DAN ANALISA DATA	
5.1 Karelkteristik Sampel	38
5.2 Hasil Analisis Bivariat.....	42
5.2.1 Hasil Uji Normalitas.....	42
5.2.2 Perbedaan Stres pada ODHA Sebelum dan Sesudah Terapi	
<i>Creative Writing Humors di LSM Sadar Hati Malang.....</i>	43
BAB VI PEMBAHASAN	
6.1 Pembahasan Hasil Penelitian.....	44
6.1.1 Kemampuan <i>Creative Writing Humors</i>	44
6.1.2 Stres Sebelum Terapi	46
6.1.3 Stres Setelah Terapi	47
6.1.4 Pengaruh Terapi <i>Creative Writing Humors</i>	49
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB VII PENUTUP	
6.1 Kesimpulan	52
6.2 Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	59



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Rancangan <i>Pre Test-Post Test</i> dengan Kelompok Perlakuan	28
Tabel 4.2 Definisi Operasional.....	33
Tabel 5.1 Tema Tulisan	42
Tabel 5.2 Hasil Uji Paired T-Test Skor Stres <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i>	43
Tabel 5.3 Hasil Uji Paired T-Test tentang Nilai Signifikansi.....	43



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Bagan Kerangka Konsep.....	26
Gambar 4.1 Bagan Alur Pengambilan Data	34
Gambar 5.1 Grafik Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati.....	38
Gambar 5.2 Grafik Distribusi Responden berdasarkan jenis kelamin, bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati	39
Gambar 5.3 Grafik Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan, bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati	39
Gambar 5.4 Grafik Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan, bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati	40
Gambar 5.5 Grafik Distribusi Responden berdasarkan Penghasilan, bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati	40
Gambar 5.6 Grafik Distribusi Responden Berdasarkan Lama Diagnosa, bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati	41
Gambar 5.7 Grafik Distribusi Responden berdasarkan Hobi Menulis bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati	41
Gambar 5.8 Grafik Distribusi Responden berdasarkan Jumlah dan Frekuensi Tulisan, bulan Juli 2013 di LSM Sadar Hati.....	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pernyataan Keaslian Tulisan	59
Lampiran 2 Pengantar Kueisoner	60
Lampiran 3 Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian.....	61
Lampiran 4 Pernyataan Persetujuan untuk Berpartisipasi dalam Penelitian ...	62
Lampiran 5 Petunjuk Pengisian Kuesioner.....	63
Lampiran 6 Kuesioner Data Demografi	65
Lampiran 7 Lembar Checklist Terapi	66
Lampiran 8 Kelaikan Etik	67
Lampiran 9 Hasil Uji Normalitas	68
Lampiran 10 Hasil Uji <i>Paired T Test</i>	70
Lampiran 11 Karakteristik Sampel.....	71
Lampiran 12 <i>Curiculum Vitae</i>	73

