

**PENGARUH *PROLONGEDEXPOSURETHERAPY* UNTUKMENURUNKAN
GANGGUANSTRESPASCATRAUMA(PTSD)PADAREMAJA
YANGMENGALAMIKEKERASANDALAMRUMAHTANGGA**

TESIS

(UntukMemenuhiSebagianPersyaratanMencapaiDerajatMagisterProfesiPsikologi)

ProgramStudiPendidikanProfesiPsikologiJenjangMagister
MayorKlinisAnak

Diajukanoleh:

MariaWeningSulistiyowatiHandayani

12.92.0013



**PROGRAMPENDIDIKANPROFESIPSIKOLOGIJENJANGMAGISTER
FAKULTASPSIKOLOGI
UNIVERSITASKATOLIKSOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2016

**PENGARUH *PROLONGEDEXPOSURETHERAPY* UNTUKMENURUNKAN
GANGGUANSTRESPASCATRAUMA(PTSD)PADAREMAJAYANG
MENGALAMIKEKERASANDALAMRUMAHTANGGA**

(UntukMemenuhiSebagianPersyaratanMencapaiDerajatMagisterProfesiPsikologi)

ProgramStudiPendidikanProfesiPsikologiJenjangMagister
MayorKlinisAnak

**Diajukanoleh:
MariaWeningSulistyowatiHandayani
12.92.0013**



**PROGRAMPENDIDIKANPROFESIPSIKOLOGIJENJANGMAGISTER
FAKULTASPSIKOLOGI
UNIVERSITASKATOLIKSOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2016**

**Pengaruh *Prolonged Exposure Therapy* untuk Menurunkan
Gangguan Stres Pasca Trauma (PTSD)
pada Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga**

**Maria Wening Sulistyowati Handayani
12.92.0013**

**Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi**

Pada tanggal:

20 April 2016



**Mengesahkan,
Ketua Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Universitas Katolik Soegijapranata**

Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

**Pengaruh *Prolonged Exposure Therapy* untuk Menurunkan
Gangguan Stres Pasca Trauma (PTSD)
pada Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga**

**Maria Wening Sulistyowati Handayani
12.92.0013**

Tesis ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi

**Pada tanggal:
12 Maret 2016**

**Ketua Program
Pendidikan Profesi
Psikologi,**

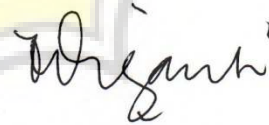
(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

Dewan Penguji:

1. Dr. MG. Adiyanti, MS, Psikolog

2. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

3. Dra. Emiliana Primastuti, M.Si



**Pengaruh *Prolonged Exposure Therapy* untuk Menurunkan
Gangguan Stres Pasca Trauma (PTSD)
pada Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga**

**Maria Wening Sulistyowati Handayani
12.92.0013**

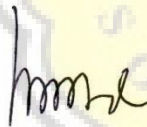
**Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi (M.Psi)**

**Pada tanggal:
12 Maret 2016**

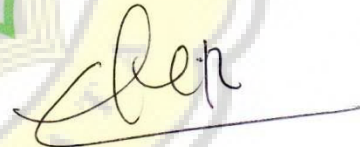
Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

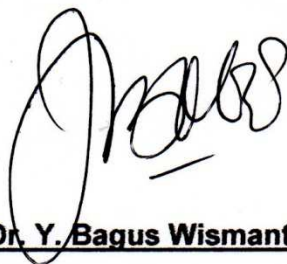


(Dr. Endang Widyorini, Psi)



(Esthi Rahayu, S.Psi., M.Si)

**Mengesahkan,
Ketua Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Universitas Katolik Soegijapranata**



Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja diacu dalam naskah tesis ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 12 Maret 2016

Yang menyatakan,



Maria Wening S. Handayani

Tulisan dan karya ini saya persembahkan ...

kepada yang terkasih dan terindah TUHAN YESUS KRISTUS
dan BUNDA MARIA

Tanpa kasihMu, aku bukan apa-apa

Karena kuasa dan kasihMu, aku mampu melewati semua masa

Juga saya persembahkan kepada perantaraan cinta Allah di dunia :

Bapak Yoannes de Britto Sardi

Ibu Surastri Adi

**“Percayalah kepada Tuhan dengan segenap hatimu, dan
janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah
Ia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan
jalanmu”**

– Amsal 3 : 5-6

UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur dan pujian saya haturkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kebaikan dan berkat kasih yang selalu saya rasakan dalam setiap langkah sesuai dengan rencana indahNya, hingga saya dimampukan dalam iman, harapan, dan kasih untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Syukur atas perantaraan bunda terkasih Ibu Maria yang senantiasa menemani.

Terima kasih yang untuk kedua orangtua saya terkasih Bapak Yoannes de Britto Sardi dan Ibu Surastri Adi atas cinta dan dukungan yang saya rasakan hingga saya bisa sampai pada tahap ini. Saya hanya manusia yang beruntung mendapatkan kesempatan belajar dan menuntaskan tugas akhir berkat kesanggupan dan kerelaan hati kedua orangtua. Untaian terima kasih saya haturkan pula untuk banyak pihak karena dukungan, cipratan semangat, dan cinta kasih yang saya rasakan sehingga saya dapat menyelesaikan tulisan ini. Ucapan terima kasih tak terhingga saya haturkan kepada:

1. Bapak Dr. Y. Bagus Wismanto, M.Si, selaku Ketua Program Studi Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Terima kasih Pak Bagus atas dukungan dan bimbingannya.
2. Ibu Dr. Endang Widyorini, Psi selaku dosen pembimbing utama tesis saya sekaligus dosen pembimbing PKPP. Terima kasih atas bimbingan, waktu, insprasi, kesabaran, dan semua yang telah ibu berikan pada saya. Terima kasih atas kekuatan dan optimisme yang ditularkan hingga membuat saya semangat mengejar cita-citaini.
3. Ibu Esthi Rahayu S.Psi, M.Si, selaku dosen pembimbing pendamping. Terima kasih atas segala kebaikan hati dalam mendukung dan membimbing saya selamaini.
4. Ibu Emiliana Primastuti, S.Psi, M.Si, atas masuk dan diskusi yang berguna bagi kemajuan peneliti sehingga karya ini dapat diterima dan dipersembahkan.
5. Ibu Dr. MG Adiyanti, MS, Psikolog yang telah memberikan masukan dan kesempatan berdiskusi sehingga peneliti dapat mempersembahkan tesis ini sesuai kaidah keilmuan dan keprofesian Psikologi.

6. Ibu Erna Agustina M.Si, atas kebaikan hati, waktu, dan kesabaran yang diberikan selama pendampingan dan terapi kepada subjek. Terima kasih atas diskusi hangat dan semangat untuk tidak pernah menyerah berbagi kebaikan bagioranglaintanpamemandanglatarbelakang.
7. Bapak-Ibu Dosen Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata: BuCiciselakuDekanfakultasPsikologi, BuAsih, BuLita, BuErna, Bulta, PakGeorge, PakSiswanto, BuEmma, BuXtine, BuLastri, PakAke, dansegenapdosenFakultasPsikologi. Terimakasihatasilmuyang diberikan, atas keilmuan dan keprofesian yang dibagikan. Terima kasih menjadikan saya semakin sehat mental. Semua proses ini akan menjadi dasarbagisayauntukmeneruskanperjalananhidup.
8. StaffdankaryawanMagisterProfesiPsikologi, PakdeSetyo, PakTridanBu Katrinterimakasihatasbantuannya.
9. Terima kasih dari hati terdalam untuk subjek tesis saya dan keluarganya yang telah berproses cukup panjang. Semua ini tidak semata nilai tesis, namunmelihatsenyumkembali mengembang diwajahmanismu, itu adalah nilai terindah dari seluruh proses ini. Terima kasih dan semoga semesta selalumemberikantempatterindahnyauntukkebahagiaanmudankeluarga.
10. Kakak-kakak hebatku, mas Abraham Bondan dan mas David Ontosari, juga untuk keluarga kecilnya, mbak Ika, mbak Santi, krucil-krucil Rhea-Ara-Joanne. Terima kasih atas dukungan, cinta, kepercayaan, saran-kritik, dan candatawayangmembuathidup penuh warna, terutamadalammenghadapi petualanganakademikini.
11. Patricia Meta Puspitasari, M.Psi, terimakasih atas persahabatanyang indah. Atas diskusi hangat dalam serius maupun canda. Terima kasih sahabat, partner, kolega, rekansejawat, dan rumah bagisetiap cerita.
12. Ansfridus Damas Pradigdo, yang terkasih. Terima kasih atas cinta kasih, dukungan, doa, semangat, kepercayaan, dan semua waktu yang dilewati dalam tatap dandalam jarak. Terimakasih untuk semua warnayang ada.
13. Teman-teman Klinis Anak 2012, Bunda Ari, Mbak Ayu, Usi, Valle, Mbak Ratri, Mb Widya, Mbak Yulia, Ayu Rafida, Limbug, dan Tiwi. Terima kasih teman-teman seperjuangan yang hebat dan penuh kehangatan dalam kebersamaan, candatawadandiskusi, juga atas semangat yang dibagikan.

14. Lusia Dyah Pratiwi dan Rosalia Putri atas kesediaan dan kerjasama yang baik selama menjadi observer dan teman diskusi saat penelitian.
15. Direktur Pusat Psikologi Terapan Bapak Ferdinand Hindiarto M.Si terima kasih atas kesempatan belajar dan berkembang yang diberikan. Terima kasih kepada mentor dan supervisor di PPT, Cik Lily yang dengan sabar melatih kepekaan dan atas semua ilmu sekaligus pengalaman menjadi supermom. Terima kasih juga rekan dan teman terkasih Vivi, Bundi, Pita, Valle atas kebersamaannya yang indah. Untuk adik-adik yang ceria dan penuh semangat, Avi, Arin, Sekar, Lintang, Andika, April, Tia, Ardani.
16. Teman-teman kos Violet yang mewarnai hari-hari, Sita, Mila, Dewi, Miss Monic, Mb Nurma, Valle, Oca, Arum, Novi. Terimakasih untuk rumah yang nyaman dan semua momen di dalamnya. Jugabu Nora atas kebaikannya.
17. Teman-teman perjuang di S2 Unik yang semangatnya luar biasa.
18. Sahabat pengisi "Jogja Berhatinyaman" yang penuh cinta dan semangat dan semua teman-teman USD yang dirindukan. Terima kasih atas kehangatan yang masih sama saat kembali pulang dan mampu memberikan semangat untuk terus bermimpi.
19. Serta semua pihak yang telah membantu yang belum saya sebutkan dalam lembar ini, terimakasih banyak atas dukungan, semangat, dan bantuannya.

Semoga Tuhan senantiasa memberkati

Dengan penuh kasih

Maria Wening Sulistyowati Handayani

**PENGARUH *PROLONGEDEXPOSURE THERAPY* UNTUK MENURUNKAN
GANGGUAN STRES PASCA TRAUMA (PTSD) PADA REMAJA
YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA**

Maria Wening Sulistyowati Handayani

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Prolonged Exposure Therapy* (PET) untuk menurunkan gejala gangguan stres pasca trauma pada anak yang mengalami kekerasan domestik keluarga atau kekerasan dalam rumah tangga. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimen kasus tunggal dengan tipe desain A-B-A- *Follow Up*. Subjek penelitian ini adalah seorang remaja putri yang mengalami kekerasan yang dilakukan oleh ayah kandung. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala *self-report* PTSD yang disusun berdasarkan kriteria diagnostik Gangguan Stres Pasca Trauma / *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dalam DSM-5. Uji coba skala menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0,820. Validitas isi menunjukkan item-item dalam skala PTSD valid. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Prolonged Exposure Therapy* berpengaruh menurunkan gangguan stres pasca trauma. Penurunan gejala gangguan stres pasca trauma. Hasil ini ditunjukkan dengan penurunan angka yang diamati secara visual pada grafik sejak tahap *baseline* awal, intervensi, *baseline* akhir, dan *follow up*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis grafik nilai PTSD, data hasil observasi selama intervensi, serta didukung dengan uji statistika *Wilcoxon test* yang terbukti signifikan ($\chi^2 = 10,80$, $\text{Sig } 0,03 < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Setelah pemberian PET, kondisi pikiran dan perasaan subjek yang awalnya negatif menjadi berkurang serta ketegangan menurun, sementara penghindaran dan munculnya gambaran peristiwa trauma dalam ingatan terjadi sedikit penurunan.

Kata kunci : *Prolonged Exposure Therapy*, gangguan stres pasca trauma, remaja, kekerasan dalam rumah tangga.

**THE EFFECT OF PROLONGED EXPOSURE THERAPY IN REDUCING
POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER ON ADOLESCENT
WHO HAD EXPOSED DOMESTIC VIOLENCE**

Maria Wening Sulistyowati Handayani

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of Prolonged Exposure Therapy (PET) to reduce Post Traumatic Stress Disorder symptoms in adolescence who had exposed domestic violence. The research design in this study is single case experimental design with A-B-A-Follow Up design type. Subject of this study is an adolescent girl who had exposed domestic violence perpetrated by her father. Measurement in this research using PTSD self-report scale that had been compiled based on diagnosis criteria of Post Traumatic Stress Disorder in DSM-5. Tryout of PTSD Scale resulted reliability coefficient amounted at 0,820. Content validity of PTSD Scale items was valid. The result of this research showed that Prolonged Exposure Therapy had impact in reducing the symptoms of PTSD. This result indicated the decrease of PTSD score which can be visually observed from the graphic in each phases since initial baseline, intervention, latter baseline, through follow up. Data analysis was conducted by using graphic analysis of PTSD score, record data resulted from observation during intervention, and reinforced with Wilcoxon Test statistical measurement which proved that this research was significant (chi square = 10,80. Sig 0,013 < 0.05). These results showed that the hypothesis of this research is accepted. After PET had been conducted, subject's negative thoughts and feelings were decreased also hyperarousal was declined, whereas avoidance and intrusion of traumatic event imagery had a slight decline.

Keywords: Prolonged Exposure Therapy, Post Traumatic Stress Disorder, adolescence, domestic violence.

DAFTAR ISI

HalamanJudul.....	i
HalamanPengesahan.....	ii
HalamanPernyataan.....	iii
Halaman.....	iv
Pernyataan.....	v
HalamanPersembahan.....	vi
UcapanTerimaKasih.....	vii
Intisari.....	x
<i>Abstract</i>	xi
DaftarIsi.....	xii
DaftarBagan.....	xiii
DaftarTabel.....	xiii
DaftarGrafik.....	xiii
Pendahuluan.....	1
TujuanPenelitian.....	16
ManfaatPenelitian.....	16
HipotesisPenelitian.....	16
MetodePenelitian.....	18
DefinisiOperasional.....	18
DesainPenelitian.....	18
Subjek.....	19
AlatyangDigunakan.....	20
PengumpulanDatadanPengukuran.....	21
ProsedurPenelitian.....	25
MetodeAnalisisData.....	29
HasilPenelitian.....	30
DeskripsiSubjek.....	30
DeskripsiKasus.....	31
AnalisisHasilPenelitian.....	34
PelaksanaanPenelitian.....	34
AnalisisSkorTotal.....	38
AnalisisSkorTiapAspek.....	41

AnalisisStatistika.....	44
AnalisisDeskriptifdariDataObservasidanDataPendukung.....	46
Pembahasan.....	61
KesimpulandanSaran.....	76

DAFTAR BAGAN

Bagan1.DinamikaMasalah.....	17
Bagan2.DinamikaKasusdanHasilPenelitian.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel1.UjiKeterbacaanSkalaPTSD.....	23
Tabel2.RincianPelaksanaanPenelitian.....	35

DAFTAR GRAFIK

Grafik1.SkorTotalAitemSkalaPTSD.....	37
Grafik2.SkorTiapAspekpadaSkalaPTSD.....	41

