TERAPI *SANDTRAY* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

TESIS

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
mencapai derajat Magister Profesi Psikologi

Program Studi Pendidikan Profesi Psikologi Jenjang Magister
Mayor Klinis Anak

Agustin Dwi Widowati
11.92.0068

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI PSIKOLOGI
JENJANG MAGISTER
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2016

PERPUSTAKAAN
Universitas Katolik Soegijapranata
No. Inv. 255/S2/MPF/a
Tanggal 1/4 16
Paraf

TERAPI *SANDTRAY* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Agustin Dwi Widowati
11.92.0068

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

Pada tanggal:

26 - Februari 2016

Mengesahkan,
Ketua Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Universitas Katolik Soegijapranata

Dr. Y. Baqus Wismanto, MS

TERAPI *SANDTRAY* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Agustin Dwi Widowati
11.92.0068

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

Pada tanggal:
6 Januari 2016

Ketua Program Pendidikan Profesi Psikologi,

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

Dewan Penguji:

1. **Dr. Tjipto Susana, M. Si, Psikolog** _____
2. **Dr. Y. Bagus Wismanto, MS** _____
3. **Dra. V. Sri Sumijati, M.Si** _____

TERAPI *SANDTRAY* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Agustin Dwi Widowati
11.92.0068

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

Pada tanggal:
6 Januari 2016

Menyetujui,

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
(Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes)	(Dra. M. Yang Roswita, M.Si, Psi)

Mengesahkan,
Ketua Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Universitas Katolik Soegijapranata

Dr. Y. Bagus Wismanto, MS

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan 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 tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, Februari 2016

Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL

233F1ADF342703560

6000

ENAM RIBU RUPIAH

(Agustin Dwi Widowati)

"Anak Belajar dari Kehidupannya"

Jika anak dibesarkan dengan celaan, ia belajar memaki

Jika anak dibesarkan dengan permusuhan, ia belajar berkelahi

Jika anak dibesarkan dengan cemoohan, ia belajar rendah diri

Jika anak dibesarkan dengan penghinaan, ia belajar menyesali diri

Jika anak dibesarkan dengan toleransi, ia belajar menahan diri

Jika anak dibesarkan dengan dorongan, ia belajar percaya diri

Jika anak dibesarkan dengan pujian, ia belajar menghargai

Jika anak dibesarkan dengan perlakuan baik, ia belajar keadilan

Jika anak dibesarkan dengan rasa aman, ia belajar percaya

Jika anak dibesarkan dengan dukungan, ia belajar menyukai diri

Jika anak dibesarkan dengan kasih sayang dan persahabatan,

Ia belajar menemukan cinta dalam kehidupan...

Dorothy Law Nolte

Sedikit rasa kemanusiaan sungguh jauh lebih berharga daripada seluruh peraturan yang ada di dunia ini.

(**Jean Piaget**)

Karya ini kupersembahkan untuk :

Kedua orang tuaku sebagai tanda bakti dan cintaku

Kakak dan adikku, teman-teman yang selalu mendukungku

Serta,para pembaca karya ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tesis ini tidak akan selesai dengan baik tanpa dukungan, kasih sayang, dan kesabaran dari orang-orang di dalam kehidupan saya. Pertama-tama, saya ingin mengungkapkan rasa terima kasih dan penghargaan kepada kedua orang tua dan kedua saudara saya, serta teman-teman seperjuangan: Vida, Astry, Nurma, Wenty, Ressa, Valley. Kalian selalu mendukung dan tidak pernah bosan dalam memberikan dorongan. Terimakasih untuk doa dan pikiran positif kalian untuk saya.

Saya juga ingin mengucapkan terimakasih kepada Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes dan Dra. M. Yang Roswita, M.Si, Psi sebagai dosen pembimbing saya, untuk semua arahan dan dukungan selama proses pelaksanaan dan penulisan penelitian ini. Saya sangat menghargai semua kebijaksanaan dan dorongan yang telah Bu Cicih dan Bu Ita tunjukkan pada saya dalam perjalanan panjang ini.

Terima kasih kepada Dr. Tjipto Susana, M. Si, Psikolog, Dr. Y. Bagus Wismanto, MS., Dra. V. Sri Sumijati, M. Si., Dr. Endang Widyorini, Psi., Ibu Lita Widyo Hastuti, M. Si., dan Drs. George Hardjanta, M. Si. untuk semua masukan yang telah diberikan pada saya sehingga saya dapat terus menyadari kekurangan saya, mendorong saya untuk memperbaiki dan membuat tesis ini menjadi lebih sempurna.

Ucapan terima kasih secara khusus saya ucapkan pada keluarga PPT Seruni kota Semarang: Mb Irni, Mb Ninik, Datul, dan Bu Nanik yang telah menyediakan waktu untuk berdiskusi dan tempat bagi peneliti untuk melaksanakan penelitian ini. Selain itu, juga kepada UM dan APH yang telah bersedia menyediakan waktu dan tenaganya untuk berjuang menjadi lebih baik. Terima kasih juga kepada Angelina Dyah Arum S., Psikolog yang telah banyak membantu sebagai terapis dalam penelitian ini dan juga sebagai teman diskusi yang telah memberikan banyak masukan berharga bagi saya sebagai peneliti.

Semarang, Februari 2016

Agustin Dwi Widowati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
PENGESAHAN..... ii
PERNYATAAN..... v
PERSEMBAHAN..... vi
UCAPAN TERIMA KASIH..... vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR GAMBAR ix
DAFTAR LAMPIRAN x
INTISARI xi
ABSTRACT xii
PENDAHULUAN 1
METODE PENELITIAN 16
HASIL PENELITIAN 22
PEMBAHASAN 36
KESIMPULAN DAN SARAN 43
DAFTAR PUSTAKA 45
LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.

Dinamika terapi *sandtray* 15

Grafik 1.

Skor total tingkat kecemasan *pre*-intervensi dan *post*-intervensi..... 24

Grafik 2.

Gambaran perubahan kondisi kecemasan dalam diri subjek per sesi..... 27

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian 46

Lampiran 2. Surat Bukti Penelitian 47

Lampiran 3. *Informed Consent* 48

Lampiran 4. *Surat Kontrak Terapis* 52

Lampiran 5. *State-Trait Anxiety Inventory for Children* (STAIC-t) 53

Lampiran 6. Tabulasi Data 55

Lampiran 7. Hasil Perhitungan SPSS 56

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

TERAPI *SANDTRAY* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Agustin Dwi Widowati

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk melihat efek penerapan terapi *sandtray* dengan model *Adlerian Play Therapy* untuk menurunkan kecemasan (*trait anxiety*) pada anak yang mendapatkan tindak kekerasan dalam rumah tangga yang dalam hal ini spesifik pada kekerasan seksual. Penelitian ini menggunakan desain *interrupted time series*. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang anak perempuan berusia 9 tahun 10 bulan yang mempunyai kecemasan tinggi akibat menerima tindak kekerasan seksual dari ayahnya. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan dengan pengisian skala STAIC-t oleh subjek. Penelitian ini menggunakan analisis *paired sample t-test* dan kuantitatif deskriptif, serta didukung dengan penilaian secara kualitatif untuk mendukung hasil penelitian. Hasil t-test menunjukkan ada penurunan tingkat kecemasan yang signifikan dengan z sebesar -2,201 ($p<0,05$). Begitupula dengan hasil kuantitatif deskriptif dan data kualitatifnya yang memperlihatkan adanya penurunan gejala kecemasan pada subjek. Hal ini berarti bahwa terapi *sandtray* dengan model *Adlerian Play Therapy* dapat menurunkan kecemasan pada anak yang mendapatkan tindak kekerasan seksual dalam rumah tangga.

Kata kunci: *trait anxiety*, kekerasan seksual, terapi *sandtray Adlerian*

SANDTRAY THERAPY TO REDUCE ANXIETY OF CHILD WHO EXPERIENCED DOMESTIC VIOLENCE

Agustin Dwi Widowati

Abstract

The purpose of this study is to see the effect of sandtray therapy with Adlerian Play Therapy model to reduce trait anxiety of child who experienced sexual abuse in her family. This study use *interrupted time series design*. The subject is 9 year 10 month old girl who has high anxiety due to sexual abuse by her father. The measurement of anxiety level is done by fulfilling the STAIC-t scale by subject. This research uses paired sample t-test analysis. This is a descriptive quantitative research which supported by qualitative assessment. Paired sample t-test shows that there is a significant decrease of anxiety with z = -2,201 ($p<0,05$). The result of quantitative descriptive and qualitative data shows that there is a decrease anxiety on subject as well. It means that sandtray therapy with Adlerian Play Therapy model can be used to reduce anxiety on child who experienced sexual abuse in her family.

Keyword: trait anxiety, sexual abuse, Adlerian Sandtray Therapy