

## LAPORAN PENELITIAN

# MODIFIKASI COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY, EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE, RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK INTERVENSI BURNOUT



**Ketua:**

[5811995187] LUCIA TRISNI WIDIANINGTANTI, S.Psi., M.Si.

**Anggota:**

[5812015298] CHRISTA VIDIA RANA ABIMANYU, S.Psi., M.Psi.

**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

# PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN

1. Judul : MODIFIKASI COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY, EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE, RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK INTERVENSI BURNOUT
2. Ketua Tim
  - a. Nama : LUCIA TRISNI WIDIANINGTANTI, S.Psi., M.Si.
  - b. NPP : 5811995187
  - c. Program Studi : Psikologi
  - d. Perguruan Tinggi : Unika Soegijapranata
  - e. Alamat Kantor/Telp/Faks/surel : trisni@unika.ac.id
3. Anggota Tim
  - a. Jumlah Anggota : Dosen 1 orang  
Mahasiswa 0 orang
4. Biaya Total : Rp. 5.000.000,00

Mengetahui,  
Dekan Psikologi,

Semarang, Januari 2021  
Ketua Tim Pengusul

Dr. Dra. MARGARETHA SIH SETIJA  
UTAMI, M.Kes.  
NPP : 5811990068

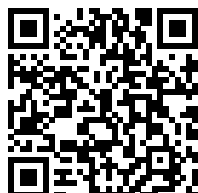
LUCIA TRISNI WIDIANINGTANTI, S.Psi.,  
M.Si.  
NPP : 5811995187

Menyetujui,  
Kepala LPPM

Dr. BERTA BEKTI RETNAWATI, S.E., M.Si.

**Anggota Dosen:**

[5812015298]CHRISTA VIDIA RANA ABIMANYU, S.Psi., M.Psi.,



Catatan:

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 :  
'Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah'
- Dokumen ini telah diberi tanda tangan digital, tidak memerlukan tanda tangan dan cap basah
- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

# BERITA ACARA REVIEW

Program Studi Psikologi - Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Pada hari ini, 01 November 2020 telah diadakan review kegiatan penelitian/pengabdian dengan judul:

## **MODIFIKASI COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY, EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE, RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK INTERVENSI BURNOUT**

Dengan catatan review sebagai berikut:

- Silakan dilanjutkan. Biaya penelitian ditentukan oleh WDAU dan Koordinator Penelitian dan Pengabdian.
- 1. Pendaahuluan citasi tokoh belum ada referensinya (misal Farber). Urgensi masalah dan tujuan perlu diperjelas. 2. Pengantar informasi ttg Modifikasi kognitif behavior therapy perlu ditambahkan. 3. Desain eksperimen. Penelitian ini menggunakan 3 jenis therapy. Kemungkinan hasil beda-beda untuk masing2 jenis therapy. Perlu dipikirkan. Mau menggunakan 3 therapy atau satu saja. 4. Follow up intervensi ada 3. Ini maksudnya per jenis therapy atau bagaimana? perlu diperjelas
- Silahkan dilanjutkan
- 1. Variabel yang diukur dalam eksperimen perlu ada penjelasan: teknik relaksasi otot progresif, Cognitive behavioural therapy itu yang seperti apa 2. Apakah pre test skala burnout juga berpengaruh pada penempatan subyek sebagai kel eksperimen/kontrol? 3. Elaborasi pada penjelasan hasil analisis dan kesimpulannya perlu ditambahkan
- Perlu ditambahkan penjelasan tentang operasional aspek yang akan dilakukan intervensi, supaya pembaca memperoleh gambaran apa yang dilakukan dalam intervensi tersebut 1. Relaksasi Otot Progresif 2. Emotional Freedom Technique 3. Cognitive Behavior Therapy
- Pustaka, utamanya pada burn out tahunnya lama; Desain eksperimen, kelompok kontrol bagaimana perlakuannya? cek manipulasi perlu ada tata tulis, banyak salah tulis dan pengkalimatan yang kurang jelas
- untuk luaran penelitian disesuaikan dengan peraturan LPPM mengenai luaran penelitian.
- 1. karena jumlah sampel sedikit, tidak perlu ada uji normalitas, statistik lainnya mengikuti. 2. apakah waiting list/kontrol juga mendapatkan tritmen serupa dengan eksperimen? apakah lalu diukur juga skornya? akan baik kalau dimunculkan juga dalam pembahasan/analisis

Reviewer 1

Reviewer 2



Catatan:

Dr. Dra. KRISTIANA HARYANTI, M.Si.

Dr. SISWANTO, S.Psi., M.Si., Psikolog

UJ. HE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1.  
'Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah'

- Dokumen ini telah diberi tanda tangan digital, tidak memerlukan tanda tangan dan cap basah

- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia