

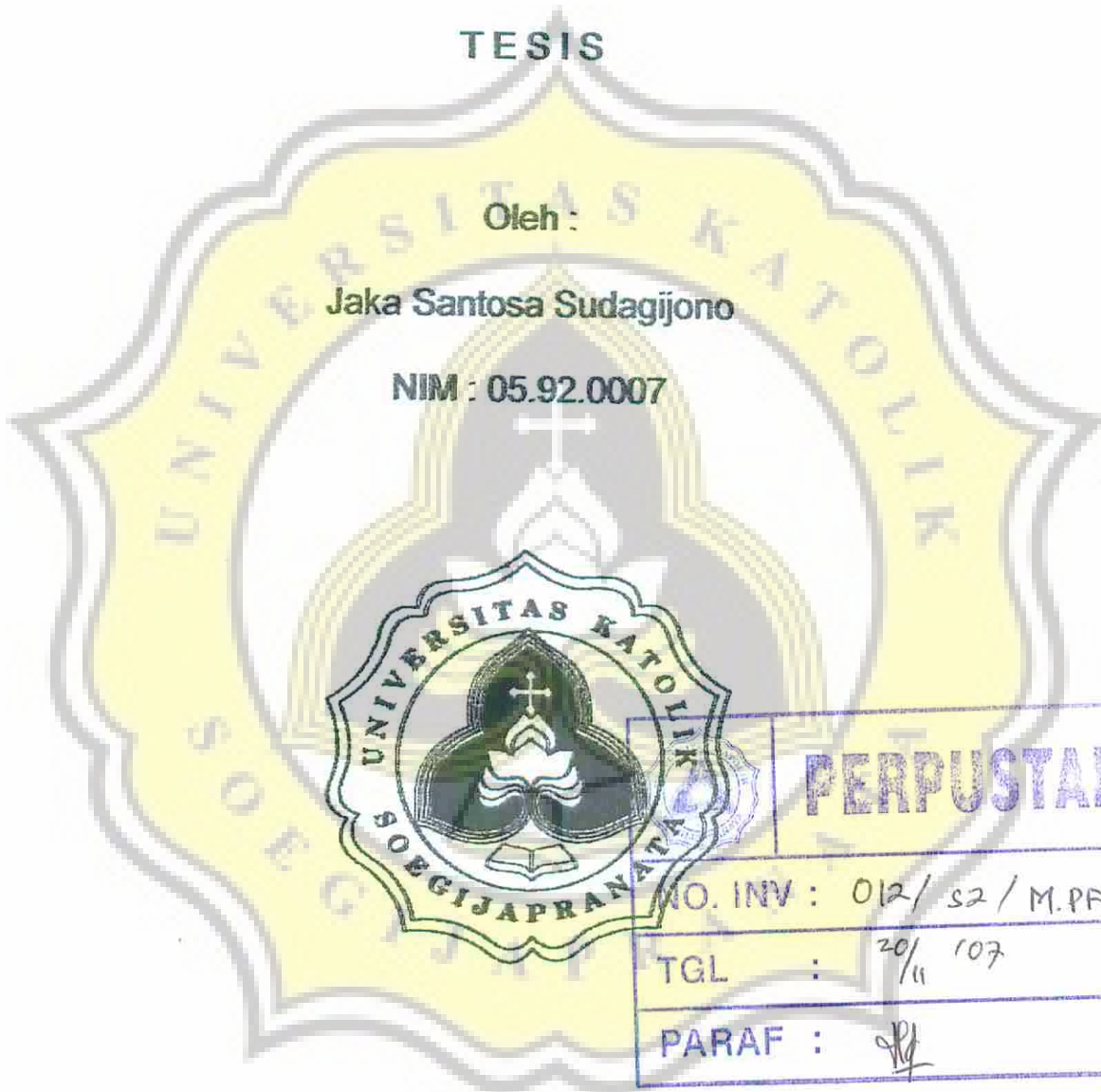
**PENGARUH TERAPI MULTIMODAL
TERHADAP GANGGUAN CEMAS**

TESIS

Oleh :

Jaka Santosa Sudagijono

NIM : 05.92.0007



PERPUSTAKAAN

NO. INV : 012 / s2 / M.PF / C2

TGL : 20 / 11 / 07

PARAF : 

**Program Magister Profesi Psikologi
Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata
SEMARANG
2007**

**PENGARUH TERAPI MULTIMODAL
TERHADAP GANGGUAN CEMAS**



Tesis

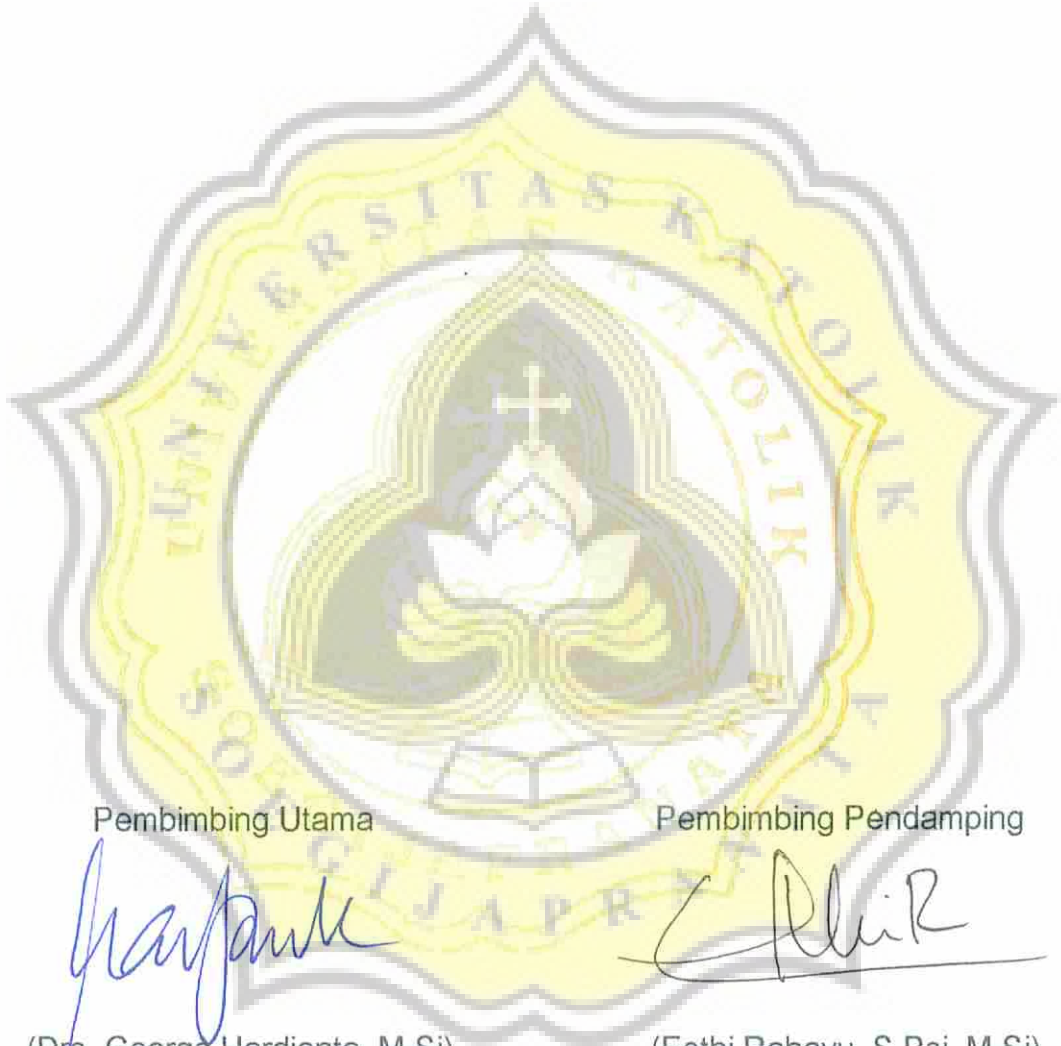
untuk memperoleh derajat Magister
dalam Psikologi pada Program Pasca Sarjana
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Oleh :

Jaka Santosa Sudagijono
05.92.0007

Program Magister Profesi Psikologi
Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata
SEMARANG
2007

PENGARUH TERAPI MULTIMODAL
TERHADAP GANGGUAN CEMAS



Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

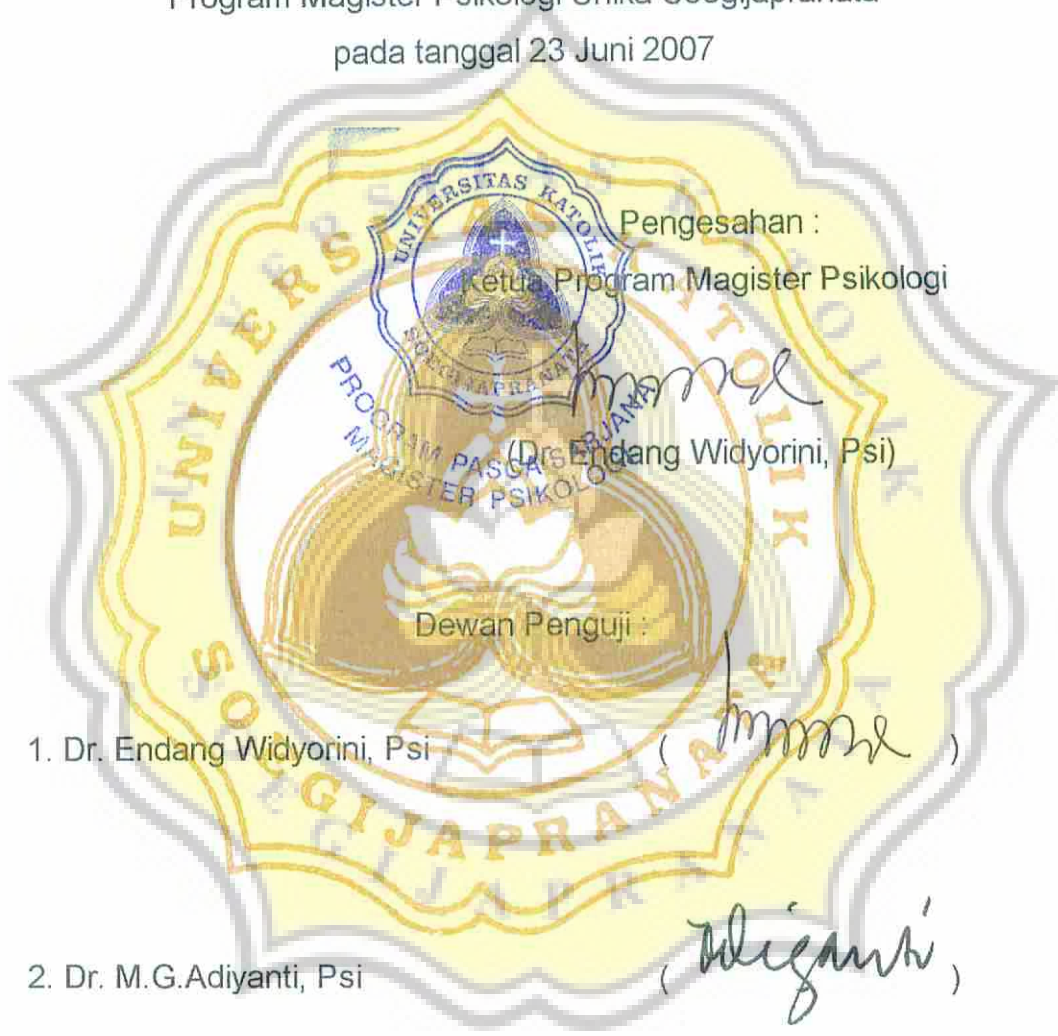
(Drs. George Hardjanta, M.Si)

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

Tesis dengan judul :

**PENGARUH TERAPI MULTIMODAL
TERHADAP GANGGUAN CEMAS**

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis
Program Magister Psikologi Unika Soegijapranata
pada tanggal 23 Juni 2007



Pengesahan :

Ketua Program Magister Psikologi

(Handwritten signature)

(Dr. Endang Widyorini, Psi)

Dewan Penguji :

1. Dr. Endang Widyorini, Psi

(Handwritten signature)

2. Dr. M.G.Adiyanti, Psi

(Handwritten signature)

3. Christine Wibowo, S.Psi, M.Si

(Handwritten signature)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja tertulis dalam naskah tesis ini sebagai acuan dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 5-6-2007



Jaka Santosa S
05.92.0007

Ucapan Terima Kasih

Segala puji syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan atas anugerah dan kelancaran yang telah diberikan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Peneliti juga berterima kasih pada semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penulisan tesis ini. Sangat disadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan tersebut, mungkin tesis ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Sdr. Eko, Adit, dan khususnya Nw yang telah bersedia menjadi Subyek dalam penelitian ini. *God never change what we never fight for.*

Terima kasih juga pada pihak Yayasan Unika Widya Mandala Surabaya yang telah membiayai peneliti selama studi di Unika Soegijapranata Semarang. Banyak proses belajar yang peneliti dapatkan ketika menulis tesis ini, untuk hal tersebut tentu saja peneliti sangat berterimakasih kepada Pak George dan Bu Esthi yang telah bersusah payah meluangkan waktu untuk membaca dan memeriksa secara detil tesis ini selama proses bimbingan. Suatu pekerjaan yang melelahkan, bahkan mungkin membosankan bagi sebagian orang. Tidak lupa peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Bu Endang, Bu Eri, dan Mas Edy atas semua kelancaran akademis yang diberikan, terutama berkaitan dengan

masalah administrasi dan surat-surat yang dibutuhkan selama proses penelitian berlangsung.

Rasanya masih banyak pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, kiranya Tuhan melimpahkan berkatNya atas segala bantuan yang telah diberikan pada peneliti. Peneliti menyadari bahwa penulisan tesis ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu adanya saran dan kritik yang disampaikan akan sangat berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan kepentingan Subyek penelitian. Akhir kalam, semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan. Terima kasih

Semarang, 24 Mei 2007

Peneliti





*Kekhawatiran tidak akan menghilangkan penderitaan esok hari;
namun akan menghilangkan kekuatan hari ini*
(Cecilia Ten B)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR TABEL DAN GRAFIK.....	xiv
ABSTRAKSI.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	5
C. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis.....	5
2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Gangguan Cemas.....	6
1. Pengertian Gangguan Cemas.....	6
2. Macam Gangguan Cemas.....	7
3. Pedoman atau Kriteria Diagnostik Macam-macam Gangguan Cemas.....	8
4. Gejala Kecemasan.....	14
B. Terapi Multimodal.....	20
1. Pengertian dan Sejarah Terapi Multimodal.....	20

2. Konsep Dasar Terapi Multimodal.....	21
3. Pelaksanaan Terapi Multimodal.....	23
C. Pengaruh Pemberian Terapi Multimodal Terhadap Gangguan Cemas.....	32
D. Hipotesis.....	36
BAB III. METODE PENELITIAN.....	37
A. Metode Penelitian Yang Digunakan.....	37
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
D. Subyek Penelitian.....	39
E. Metode Pengumpulan Data.....	40
F. Rancangan Penelitian.....	41
G. Prosedur Penelitian.....	42
H. Analisis Data.....	43
BAB IV. PELAKSANAAN PENELITIAN.....	44
A. Identitas Subyek Penelitian.....	44
B. Pelaksanaan Penelitian.....	44
1. Minggu Pertama.....	45
2. Minggu Kedua.....	45
3. Minggu Ketiga.....	45
4. Minggu Keempat s/d Kesepuluh.....	46
5. Minggu Kesebelas dan Keduabelas.....	58
C. Hasil Pengumpulan Data.....	58
1. Data Kuantitatif.....	58
2. Data Kualitatif.....	60
BAB V. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	82
A. Analisis Hasil Penelitian.....	82
1. Analisis Kuantitatif.....	82

2. Analisis Kualitatif.....	84
B. Pembahasan.....	96
BAB VI. PENUTUP.....	101
A. Kesimpulan.....	101
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA.....	103



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A : HRS-A.....	106
LAMPIRAN B : Multimodal Life History Questionnaire.....	111
LAMPIRAN C : Panduan Teknik Anchoring.....	132
LAMPIRAN D : Panduan Teknik Desensitisasi sistematis.....	136
LAMPIRAN E : Jadwal Pelaksanaan Teknik Focusing dan Meditasi Transendental.....	140
LAMPIRAN F : Hasil Teknik Bibliotherapy.....	145
LAMPIRAN G : Transkrip Hasil Wawancara dan Terapi.....	152
LAMPIRAN H : Surat Bukti Penelitian.....	199



DAFTAR TABEL DAN GRAFIK

DAFTAR TABEL :

TABEL 1. Contoh Kasus <i>Modality Profile</i>	28
TABEL 2. <i>Modality Profile</i> dan Contoh Teknik Terapi.....	30
TABEL 3. Rancangan Penelitian.....	42
TABEL 4. Tanggal Pertemuan Sesi 4 – 10.....	46
TABEL 5. Rincian Waktu Pelaksanaan Teknik Terapi.....	47
TABEL 6. Data Baseline.....	59
TABEL 7. Data Treatment.....	59
TABEL 8. Data Post Test.....	60
TABEL 9. <i>Modality Profile</i> Subyek dan Teknik Terapi yang Digunakan	70

DAFTAR GRAFIK :

GRAFIK 1. Skor HRS-A Subyek.....	83
----------------------------------	----

ABSTRAKSI

Gangguan cemas merupakan gangguan kejiwaan yang sering dijumpai serta memerlukan penanganan yang serius. Gejala kecemasan baik yang sifatnya akut maupun kronik merupakan komponen yang dapat dijumpai di hampir semua gangguan kejiwaan. Berkaitan dengan seriusnya gangguan ini, maka penanganan atau terapi yang tepat sangat dibutuhkan bagi penderita gangguan ini. Konsep penyembuhan penyakit termasuk gangguan kejiwaan seperti halnya gangguan kecemasan, saat ini mengacu pada konsep penyembuhan secara holistik, yang dalam psikoterapi oleh Lazarus kemudian disebut sebagai terapi multimodal. Teknik-teknik yang digunakan dalam terapi multimodal dalam penelitian ini ditujukan untuk mengatasi gejala-gejala gangguan cemas yang terdapat pada tujuh aspek (*seven modalities*) dalam diri Subjek penelitian.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk melihat gambaran pengaruh pemberian terapi multimodal terhadap gangguan cemas. Subjek dalam penelitian adalah penderita gangguan cemas. Rancangan penelitian menggunakan *quasi experimental single subject design* yang terdiri dari tiga tahap yaitu tahap *baseline*, tahap *treatment* dan tahap *post test*. Pengukuran dilakukan secara kuantitatif maupun kualitatif sepanjang proses penelitian selama dua belas minggu dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* dan wawancara. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan intensitas gangguan cemas sebelum dan setelah pemberian terapi multimodal pada Subjek. Intensitas gangguan cemas Subjek setelah pemberian terapi lebih rendah dibanding sebelum pemberian terapi.

Kata kunci : gangguan cemas, terapi multimodal

ABSTRACT

Anxiety disorders are ones of mental disorders which have been seen and need seriously treatment. The anxiety symptoms both acute and chronic can be found in most of mental disorders. Because of this critical, precisely treatment or psychotherapeutic intervention is need for the patient. At this moment the healing concept of disease include mental illness (such as anxiety disorders) refer to holistic understanding which in psychotherapy called multimodal therapy. In this research, the multimodal technics are used to overcome anxiety symptoms which divide into seven modalities on the Subject.

The aim of this research is to describe effects of multimodal therapy on the anxiety symptoms declined. Subject on this research is an anxiety disorders patient. Quasi experimental single subject design is used in this research as three stages, those are baseline, treatment, and post test stage. Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) and interview as quantitative and qualitative measuring is done as long as research process in twelve weeks. Results show that there is a difference in anxiety intense before and after the treatment. Subject's anxiety intense after treatment is lower than before treatment.

Key words : anxiety disorders, multimodal therapy