

**EFEKTIVITAS *BIBLIOTHERAPY*
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA
PENDERITA KANKER**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

TAURISTIA MAYDIANA

04.40.0063

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2009**

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.**



Dewan Penguji :

1. **Drs. D.P. Budi Susetyo, M.Si**
2. **Christine Wibowo, S.Psi, M.Si**
3. **Siswanto, S.Psi, M.Si**

Tanda Tangan

Kedun

Christine

Siswanto

HALAMAN PERSEMBAHAN



*Karya sederhana ini kupersembahkan untuk
Yang terkasih : BAPA , bunda MARIJA dan YESUS
Yang tercinta dan tersayang: Papa, Mama dan adikku Leni
serta semua penderita kanker*

MOTTO

RISIKO

Tertawa berisiko memperlihatkan kebodohan
Menangis berisiko memperlihatkan kecengengan
Mengemukakan gagasan dan mimpi Anda dihadapan umum

berisiko kehilangan mereka

Mencintai berisiko tidak dicintai

Hidup berisiko mati

Berharap berisiko putus asa

Tetapi risiko harus diambil karena bahaya terbesar dalam hidup
adalah

Tidak mengambil risiko apapun

Happy S. Tjandra

“Bahwa manusia dapat mengubah dirinya sendiri...”

Dan menguasai takdirnya sendiri adalah kesimpulan akal yang sudah
menyadari kekuatan pikiran yang benar”

Christian D. Larson (1866-1954)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis haturkan atas karunia yang melimpah dari Bapak sehingga penelitian Efektivitas *Bibliotherapy* Untuk Mengurangi Kecemasan pada Penderita Kanker ini dapat terselesaikan dengan baik. Bimbingan dan kasih dalam banyak cara telah penulis dapatkan dari banyak pihak selama melakukan penelitian ini, maka dengan ketulusan hati penulis menghaturkan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Dra. Th.Dewi Setyorini S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
2. Bapak Siswanto S.Psi, M.Si atas kesediaan tenaga dan waktunya membimbing serta memberi masukan bagi penulis dengan penuh kesabaran dan ketelitian.
3. Bapak Drs. Sumbodo Prabowo S.Psi, M.Si yang banyak memberi semangat dan nasihat selama menjadi dosen wali.
4. Ibu Christine Wibowo S.Psi, M.Si yang telah memberikan inspirasi dalam proses pemilihan terapi melalui mata kuliah pilihan Klinis Kontemporer. Thanks buat bukunya.
5. Seluruh dosen di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata atas ilmu dan bimbingan yang diberikan selama masa studi.
6. Seluruh staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata atas bantuan dan pelayanan dalam segala urusan administrasi serta surat ijin penelitian.
7. Nenekku (alm.) ibu Nuning Sugiarti dan temanku (alm.) Yohanes Bayu yang telah memberikan inspirasi atas penelitian ini.

8. Papa, Mama dan Bapak tersayang yang senantiasa telah memberikan waktu, doa, dukungan, perhatian, semangat, materi, fasilitas, kasih sayang, serta nasihat yang sangat berharga bagi penulis.
9. Adikku Leni, yang telah menjadi adik sekaligus teman bagi penulis dan terus memberikan semangat, dukungan dan doa bagi penulis.
10. Dr. Charles, Dr. Dhika, mas Bayu, pak George yang telah memberikan banyak ilmu, dukungan dan masukan dalam proses kelancaran penelitian penulis.
11. Para penderita kanker yang telah banyak membantu dan atas kesediannya dalam proses penelitian penulis. GBU!!
12. Ardine, Maya, Anas, Galuh, Alin, Wiwid yang sejak awal kuliah hingga kini selalu berbagi suka dan duka, saling memberikan semangat, dukungan, kerja sama, bantuan dan selalu setia menjadi sahabat-sahabat terbaik penulis.
13. Cie Eka, mas Galih, mas Bima, mas Arto, Paskalis, Lukas yang telah menjadi teman sekaligus kakak yang selalu memberikan nasihat, masukan dan dukungan bagi penulis.
14. Agnes, Rizky, Hari thanks untuk dukungannya selama masa studi.
15. Teman-teman BEM Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata periode 2005-2006 yang memberikan banyak ilmu-ilmu baru dan berbagai pengalaman unik serta menarik bagi penulis.
16. Teman-teman SENAT Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata periode 2006-2007 yang selalu saling mendukung saat suka maupun duka dan memberikan banyak pengalaman menarik bagi penulis.

17. Teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu, terimakasih atas dukungan dan bantuannya selama ini.

Semarang, 25 Mei 2009

Penulis



ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *bibliotherapy* dalam mengurangi kecemasan pada penderita kanker. Hipotesis yang diajukan adalah ada perbedaan kecemasan yang dialami penderita kanker, sebelum dan sesudah mendapatkan *bibliotherapy*. Setelah mendapat *bibliotherapy*, kecemasan yang dialami penderita kanker mengalami penurunan Subyek yang digunakan yaitu dua orang penderita kanker yaitu kanker leher rahim dan kanker kandung. Pertemuan dilakukan sebanyak 15 pertemuan sedangkan *bibliotherapy* diberikan sebanyak tiga kali pada penderita kanker dan hasilnya terdapat penurunan kecemasan yang dialami subyek terhadap penyakitnya. Hal ini terlihat adanya perbedaan skor pada skala kecemasan (Hamilton anxiety scale dan Death anxiety scale) yang diberikan, skor *posttest* semakin rendah setelah diberikan *bibliotherapy* bila dibandingkan dengan skor saat *pretest* pertama kali.

Kata kunci : *bibliotherapy*, kecemasan, penderita kanker

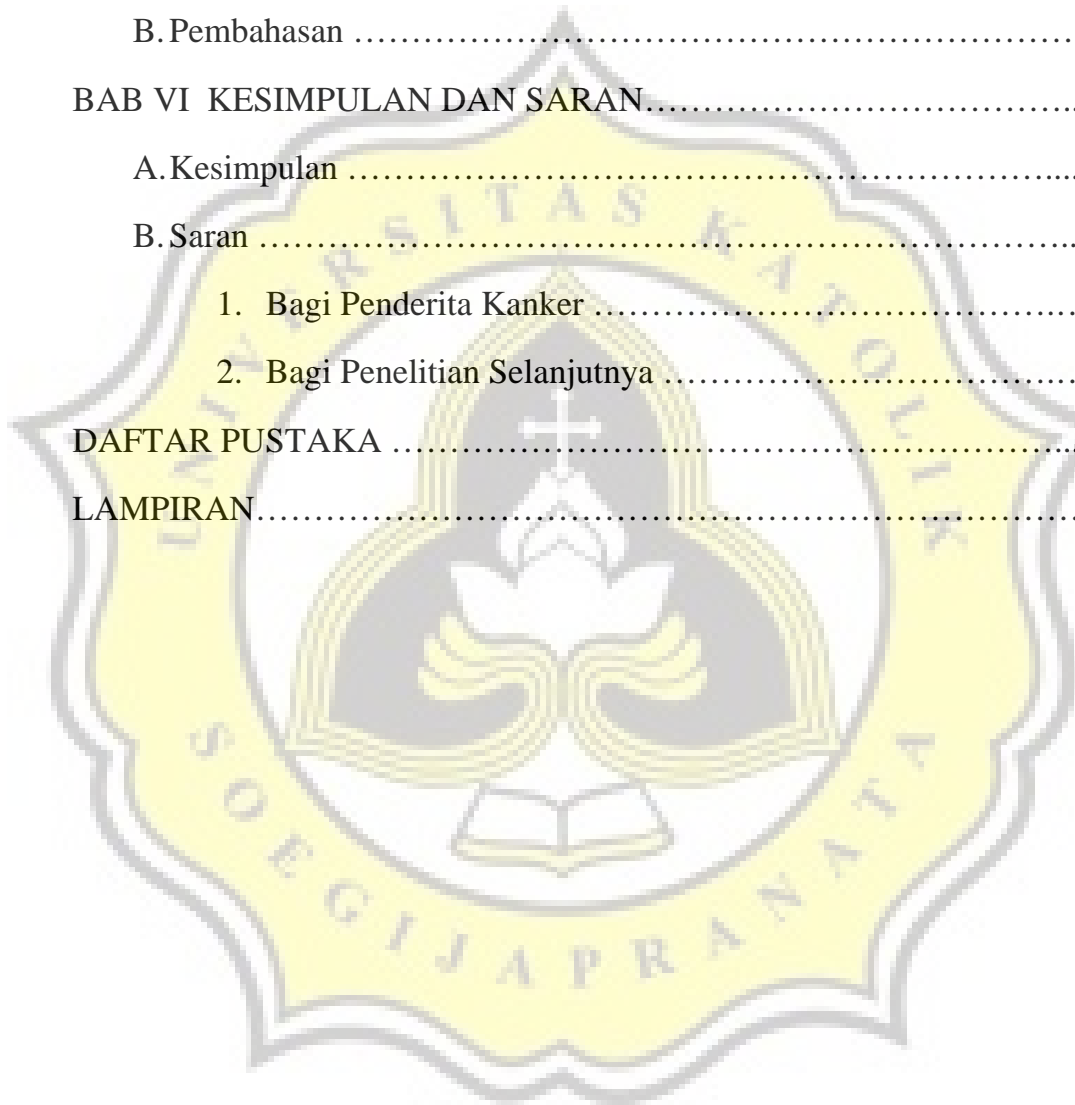
DAFTAR ISI

	Hal.
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAKSI	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Praktis	9
2. Manfaat Teoritis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kecemasan pada Penderita Kanker	11
1. Kecemasan	11
a. Pengertian kecemasan	11
b. Macam - Macam Kecemasan	13
c. Faktor – Faktor Kecemasan	15
d. Gejala – Gejala Kecemasan	18

2. Penderita Kanker	20
a. Pengertian Penderita Kanker	20
b. Stadium Kanker	22
c. Sifat – sifat Neoplasma Ganas (Kanker)	23
d. Penyebab Kanker	24
e. Faktor – faktor Kanker	25
1) Faktor yang Menyebabkan Mutasi Sel Kanker	25
2) Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Angka Kejadian Kanker	25
f. Beberapa Cara Pengobatan Kanker	25
3. Kecemasan pada Penderita Kanker	26
B. <i>Bibliotherapy</i>	27
1. Pengertian <i>Bibliotherapy</i>	27
2. Tujuan dari <i>Bibliotherapy</i>	29
3. Teknik – Teknik yang Digunakan dalam <i>Bibliotherapy</i>	30
C. Hubungan <i>Bibliotherapy</i> dengan Kecemasan pada Penderita Kanker.....	32
D. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Metode Penelitian	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian	36
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
D. Subyek Penelitian	38
E. Desain Eksperimen	38
F. Gambaran Pelaksanaan	39

G. Metode Pengumpulan Data	46
1. Skala Kecemasan	46
2. Observasi	47
3. Wawancara	47
H. Validitas dan Reliabilitas	47
1. Validitas Alat Ukur	47
2. Reliabilitas Alat Ukur	48
I. Metode Analisis Data	49
1. Analisis Kuantitatif	49
2. Analisis Kualitatif	49
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN.....	50
A. Orientasi Kancan Penelitian	50
B. Persiapan Penelitian	51
1. Pemilihan Skala	51
2. Penyusunan Treatment	51
3. Seleksi Subyek	51
4. Perijinan	52
C. Pelaksanaan Penelitian	52
1. Deskripsi Subyek Penelitian	52
a. Subyek I	52
b. Subyek II	54
2. Proses Pelaksanaan Terapi	56
a. Subyek I	56
b. Subyek II	62
3. Proses Pemilihan Subyek	67

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	70
A.Hasil Penelitian	70
1. Skala Kecemasan	70
2. Bibliotherapy	81
B.Pembahasan	82
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	92
A.Kesimpulan	92
B.Saran	92
1. Bagi Penderita Kanker	93
2. Bagi Penelitian Selanjutnya	93
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	98



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 : <i>Hamilton Anxiety Scale</i>	70
Grafik 1.1 Suasana hati yang cemas	71
Grafik 1.2 Ketegangan	71
Grafik 1.3 Ketakutan	72
Grafik 1.4 Insomnia	73
Grafik 1.5 Intelect	74
Grafik 1.6 Perasaan yang tertekan	75
Grafik 1.7 Somatic umum	75
Grafik 1.8 Sistem kardiovaskuler	76
Grafik 1.9 Sistem pernafasan	77
Grafik 1.10 Sistem Gastrointestinal	77
Grafik 1.11 Sitem Gastrourinary	78
Grafik 1.12 Sistem Automatic	78
Grafik 1.13 Perilaku saat wawancara	79
Grafik 1.14 Tingkah Laku (secara fisik)	80
Grafik 2 : <i>Death Anxiety Scale</i>	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A : Manual Skala Kecemasan dan Manual <i>Bibliotherapy</i>	99
A-1 Manual Skala Kecemasan	100
A-2 Manual <i>Bibliotherapy</i>	101
Lampiran B : Skala Kecemasan	102
B-1 <i>Hamilton Anxiety Scale</i>	103
B-2 <i>Death Anxiety Scale</i>	104
Lampiran C : Hasil Skala Kecemasan	105
Lampiran D : Literatur <i>Treatment</i>	106
Lampiran E : Wawancara dan Observasi	107
Lampiran F : Surat – Surat Penelitian	108
F-1 Surat Ijin Penelitian	109
F-2 Bukti Penelitian	110