

## **LAMPIRAN A**

### **SKALA PENELITIAN**

A-1 **GANGGUAN STRES PASCATRAUMA  
PADA WANITA KORBAN *TRAFFICKING***

A-2 ***EMOTION FOCUSED COPING***



## **LAMPIRAN A-1**

### **Skala Penelitian**

**GANGGUAN STRES PASCATRAUMA PADA  
WANITA KORBAN *TRAFFICKING***



No Skala :

Dengan hormat,

Di tengah-tengah kesibukan saudara saat ini, perkenankanlah saya memohon kesediaan saudara untuk meluangkan waktu sejenak guna mengisi skala penelitian yang saya lampirkan berikut ini.

### PETUNJUK PENGISIAN SKALA



1. Pada lembar berikut ini, anda akan menemukan suatu masalah. Masalah tersebut bisa persis dengan masalah yang sedang anda hadapi atau berbeda sama sekali dengan masalah anda. Itu tidak menjadi persoalan.
2. Tugas anda adalah membayangkan jika masalah tersebut benar-benar terjadi pada anda. Setelah anda membayangkannya, anda diminta untuk memikirkan apa yang akan anda lakukan jika menghadapi masalah tersebut.
3. Kemudian, anda diminta menanggapi pernyataan-pernyataan yang ada sesuai dengan keadaan anda. Cara untuk memberikan jawaban dengan memberi tanda silang (X) pada :
  - SS** : Apabila pernyataan **SANGAT SESUAI** dengan diri anda
  - S** : Apabila pernyataan **SESUAI** dengan diri anda
  - TS** : Apabila pernyataan **TIDAK SESUAI** dengan diri anda
  - STS** : Apabila pernyataan **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan diri anda
4. Apabila anda merasa jawaban anda salah dan ingin mengganti maka beri tanda (=) seperti contoh berikut :

SS	<del>S</del>	TS	<del>STS</del>
----	--------------	----	----------------

5. Jawaban anda merupakan informasi yang sangat berarti dan sangat membantu saya, maka saya mengharapkan supaya jawaban anda sesuai dengan **keadaan, pikiran, pendapat, pandangan, dan perasaan** anda sendiri tanpa adanya pengaruh dari pihak lain.
6. **Tidak ada jawaban yang salah** karena seluruh jawaban yang anda berikan adalah **benar jika sesuai dengan diri** anda. Saya menjamin kerahasiaan seluruh informasi yang anda berikan karena data yang terkumpul adalah murni akan digunakan untuk penelitian dan sama sekali tidak mempengaruhi nama baik anda di kemudian hari.
7. Atas kerja sama dan keseriusan dalam mengisi skala penelitian ini saya mengucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Irene Frederica



## Masalah

Suatu saat ada seorang calo yang menawarkan pekerjaan di luar negeri dengan gaji yang menggiurkan. Ternyata sesampai di sana anda ditipu dan dipekerjakan sebagai pembantu rumah tangga. Oleh majikan anda diperlakukan tidak manusiawi, anda sering dianiaya oleh majikan, dipukul hingga luka berat, disiram air panas, perilaku tidak senonoh dan berbagai perlakuan yang tidak manusiawi.

Ketika berhasil menyelamatkan diri, anda mendapati diri anda sebagai orang asing yang berada di sebuah tempat yang tidak anda kenali. Anda dikumpulkan di suatu penampungan. Dalam keadaan ini anda dalam keadaan tidak memiliki apapun selain hanya pakaian yang melekat di badan, termasuk tanpa dokumen untuk ijin keluar. Anda juga berpikir jika pada suatu saat nanti anda kembali ke daerah asal, anda akan mengalami keputusasaan dan perasaan malu sebagai orang yang telah gagal membantu meningkatkan ekonomi keluarga.

Apa yang Anda lakukan saat menghadapi masalah ini?



No.	Pernyataan	Jawaban			
1	Saya sulit tidur pada malam hari	SS	S	TS	STS
2	Saya tidak pernah bermimpi buruk	SS	S	TS	STS
3	Saya merasa tidak tertarik lagi dengan lawan jenis	SS	S	TS	STS
4	Saya mudah terkejut ketika mendengar suara yang datang tiba-tiba padahal suara itu biasa saja	SS	S	TS	STS
5	Saya merasa nyaman berada ditempat yang serupa dengan tempat saya bekerja dulu	SS	S	TS	STS
6	Saya tidak bisa merasakan kegembiraan teman yang sedang bahagia.	SS	S	TS	STS
7	Saya panik dan ketakutan jika melihat tayangan televisi yang memperlihatkan adegan kekerasan	SS	S	TS	STS
8	Saya merasa nyaman berada di tempat ramai	SS	S	TS	STS
9	Saya merasa tidak berharga lagi.	SS	S	TS	STS
10	Saya gemetar bila ada laki-laki yang melihat saya	SS	S	TS	STS
11	Saya tidak takut melihat seseorang yang berperawakan sama dengan orang pernah menyakiti saya	SS	S	TS	STS
12	Saya merasa hidup ini sia-sia, apapun yang saya lakukan pasti gagal	SS	S	TS	STS
13	Perkataan orang lain yang melecehkan saya membuat saya marah besar	SS	S	TS	STS
14	Saya tidak takut ketika berada di ruangan sempit	SS	S	TS	STS
15	Pikiran saya sering kosong dan sulit berpikir jernih	SS	S	TS	STS
16	Kepala saya sering sakit (migren) jika mengingat kembali semua yang berhubungan dengan masalah saya	SS	S	TS	STS
17	Pada saat bangun tidur, badan saya terasa segar	SS	S	TS	STS

18	Saya menghindari pembicaraan yang berhubungan dengan peristiwa buruk yang alami	SS	S	TS	STS
19	Saya tidur nyenyak di malam hari	SS	S	TS	STS
20	Saya mengalami mimpi buruk yang berulang	SS	S	TS	STS
21	Saya masih bisa bergaul dengan lawan jenis	SS	S	TS	STS
22	Saya tidak mudah terbangun meskipun ada suara yang mengejutkan	SS	S	TS	STS
23	Saya sering teringat pada peristiwa yang menakutkan ketika berada di tempat yang serupa dengan tempat saya bekerja dulu	SS	S	TS	STS
24	Saat teman saya bahagia, saya juga ikut merasakannya	SS	S	TS	STS
25	Tayangan televisi yang memperlihatkan adegan kekerasan tidak mempengaruhi emosi saya	SS	S	TS	STS
26	Saya tidak nyaman berada sendirian di tempat ramai	SS	S	TS	STS
27	saya masih berguna bagi orang lain	SS	S	TS	STS
28	Saya bersikap biasa saja ketika ada laki-laki yang melihat saya	SS	S	TS	STS
29	Saya ketakutan melihat seseorang yang berperawakan sama dengan orang pernah menyakiti saya	SS	S	TS	STS
30	Saya yakin, saya pasti bisa bangkit dari kegagalan	SS	S	TS	STS
31	Saya tidak mudah tersinggung dengan perkataan orang yang melecehkan saya	SS	S	TS	STS
32	Saya merasa ketakutan ketika berada di ruangan sempit	SS	S	TS	STS
33	Saya dapat berkonsentrasi dengan baik walaupun ada masalah yang sedang saya alami	SS	S	TS	STS
34	Kesehatan saya tidak terganggu meskipun masalah ini menimpa saya	SS	S	TS	STS

35	Pada tengah malam, saya sering terbangun secara tiba-tiba	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
36	Walaupun berat, saya mampu menceritakan kepada orang lain peristiwa buruk yang telah terjadi pada saya	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>



**LAMPIRAN A-2**

**Skala Penelitian**

*EMOTION FOCUSED COPING*



No.	Pernyataan	Jawaban			
1	Saya menceritakan kesedihan saya kepada teman untuk mengurangi beban masalah.	SS	S	TS	STS
2	Saya tidak bisa bersabar dalam menghadapi masalah saya.	SS	S	TS	STS
3	Lebih baik saya tidur saja daripada memikirkan masalah saya.	SS	S	TS	STS
4	Bagi saya, masalah ini harus dihadapi bukan dihindari.	SS	S	TS	STS
5	Merenungkan suatu masalah hanya membuang-buang waktu saja	SS	S	TS	STS
6	Saya tidak pernah menyesali diri atas segala hal yang pernah saya alami	SS	S	TS	STS
7	Setiap permasalahan pasti ada hikmahnya.	SS	S	TS	STS
8	Saya jengkel dengan keadaan diri saya.	SS	S	TS	STS
9	Saya sering berdoa jika sedang mengalami kegalauan hati	SS	S	TS	STS
10	Dukungan dari teman-teman sangat membantu saya dalam mengatasi permasalahan yang saya hadapi.	SS	S	TS	STS
11	Saya tidak yakin waktu akan mengubah segalanya, saya tidak bisa pasrah menunggu saja.	SS	S	TS	STS
12	Menurut saya, sering berekreasi adalah cara yang paling tepat untuk melepaskan masalah.	SS	S	TS	STS
13	Menurut saya, menghindari masalah malah memperparah masalah saya	SS	S	TS	STS
14	Dengan berpura-pura gembira saya dapat menutupi masalah saya	SS	S	TS	STS
15	Menurut saya, menyalahkan diri sendiri bukan merupakan pemecahan masalah yang efektif	SS	S	TS	STS

16	Saya selalu mengintrospeksi diri saya saat menghadapi masalah.	SS	S	TS	STS
17	Banyak hal yang perlu saya lakukan untuk melakukan perubahan dalam diri saya.	SS	S	TS	STS
18	Tuhan pasti dapat membantu saya dalam menghadapi masalah.	SS	S	TS	STS
19	Lebih baik saya menghadapi sendiri masalah ini walaupun terasa berat.	SS	S	TS	STS
20	Saya bersabar dalam menghadapi masalah saya.	SS	S	TS	STS
21	Menurut saya, dengan memaafkan perbuatan orang yang telah menyakiti saya membuat saya melupakan masalah.	SS	S	TS	STS
22	Saya sering menghindari dari masalah ini untuk menenangkan diri.	SS	S	TS	STS
23	Dengan merenung saya akan mencapai jalan keluar yang terbaik bagi masalah saya.	SS	S	TS	STS
24	Saya sering menyalahkan diri sendiri.	SS	S	TS	STS
25	Saya tidak menemukan hikmah yang ada di balik masalah saya.	SS	S	TS	STS
26	Saya menerima keadaan diri saya walaupun masalah ini begitu berat untuk saya hadapi.	SS	S	TS	STS
27	Bagi saya, berdoa saja tidak akan cukup dalam menyelesaikan masalah.	SS	S	TS	STS
28	Menurut saya, dukungan dari teman-teman tidak membantu saya dalam mengatasi permasalahan saya	SS	S	TS	STS
29	Waktu akan mengubah segalanya, lebih baik saya pasrah menunggu saja.	SS	S	TS	STS
30	Bagi saya, berekreasi tidak merupakan cara yang tepat untuk menyelesaikan masalah saya.	SS	S	TS	STS



31	Saya tidak mau memikirkan masalah ini karena masih banyak hal yang perlu dipikirkan.	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
32	Saya merasa bahagia, meskipun saya sedang menghadapi masalah.	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
33	Saya sadar bahwa setiap permasalahan yang saya hadapi, tanggung jawab sepenuhnya ada di pihak saya.	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
34	Introspeksi diri hanya membuang waktu saja.	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
35	Saya bersyukur keadaan diri saya.	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
36	Saya tidak yakin Tuhan dapat membantu saya menghadapi masalah ini.	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>

