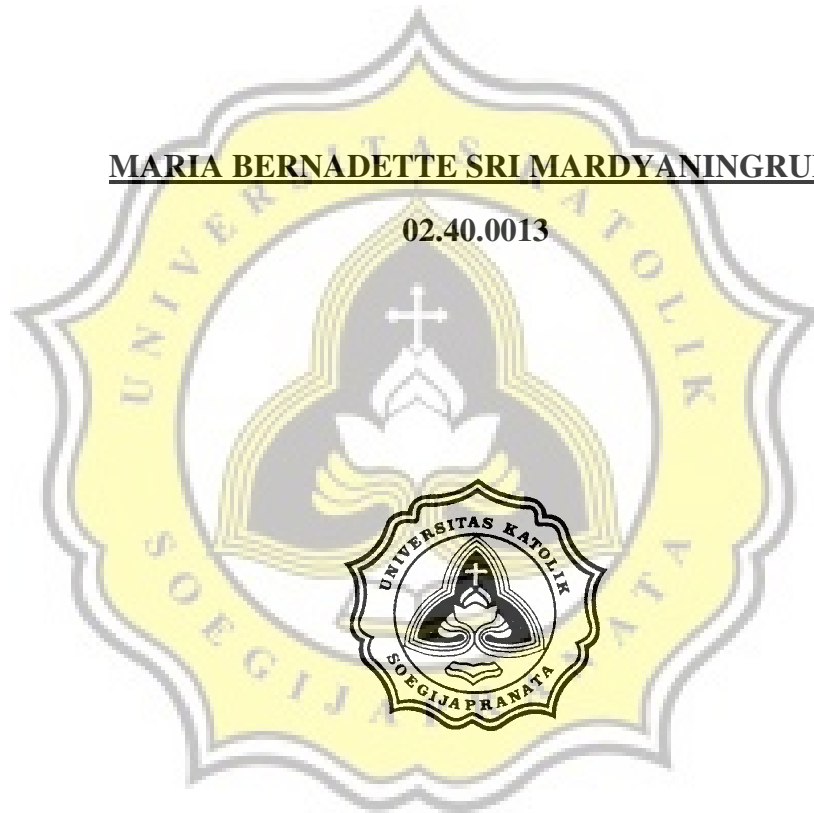


**EFEKTIVITAS TERAPI MENULIS  
TERHADAP EMOSI KORBAN  
KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA**

**SKRIPSI**

**MARIA BERNADETTE SRI MARDYANINGRUM**

**02.40.0013**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2007**

**EFEKTIVITAS TERAPI MENULIS  
TERHADAP EMOSI KORBAN  
KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata  
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat memperoleh Derajat

Sarjana Psikologi

Oleh :

**MARIA BERNADETTE SRI MARDYANINGRUM**

**02.40.0013**

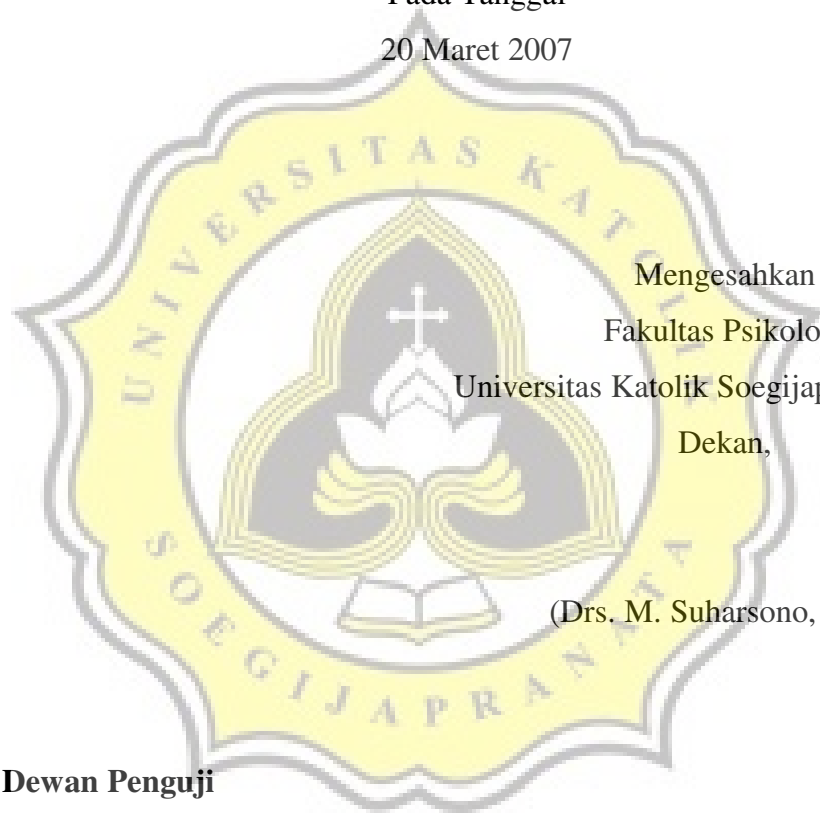


**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2007**

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

Pada Tanggal  
20 Maret 2007



Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata  
Dekan,

(Drs. M. Suharsono, MSi.)

**Dewan Penguji**

1. Th. Dewi Setyorini, S.Psi., MSi. ....
2. Dra. V. Sri Sumijati, MSi. ....
3. Drs. George Hardjanta, MSi. ....



Kupersembahkan karya kecil ini kepada :

Yesus-Ku, Bunda Maria, Santa Bernadette yang

senantiasa menyertaku

Rumahku tempatku menemukan cinta yang tiada

habisnya

dan UNIVERSITAS Soegijapranata

Tanpa emosi, tidak ada seorangpun dapat  
melenyapkan kegelapan dan  
menciptakan terang.

Emosim mengubah orang apatismen jadi aktivis.  
Emosim merupakan kekuatan luar biasa, siap untuk  
dibangunkan dan dimanfaatkan oleh mereka yang  
mengetahui caranya

(Carl Jung)

Ingat satu inikawanku, jangan pernah sembunyi  
Putus harapan kan berlaku,  
kama kau tak sendiri.  
Bersama setia berpadu kita sanbutmentari

(PKM )

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis haturkan atas karunia yang melimpah dari Bapa-ku sehingga penelitian Efektivitas Terapi Menulis terhadap Emosi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga ini dapat terselesaikan dengan baik. 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. Drs. M.Suharsono, MSi. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Soegijapranata
2. Drs. George Hardjanta, MSi. atas kesediaan tenaga dan waktunya membimbing penulis dengan kesabaran dan ketelitian yang sangat membantu
3. Drs. Haryo Goeritno, MSi. yang banyak memberikan semangat dan nasehat sehingga sering terepotkan selama menjadi dosen wali
4. Rumahku tersayang, yang selalu mencintai, menerima dan menyertai aku : ayahku Johannes Sumardi, ibuku Maria Yuliana Sri Rahayu, kakakku Maria Ika Rosariapringrum, adikku Maria Agustine Tri Mardikowati dan Veronika Ima Pujiastuti
5. LRC-KJHAM, kepada dua orang ibu yang dalam keterbatasan waktu dan tenaganya tetap bersedia menjadi subjek penelitian, dan segenap relawan
6. Para karyawan, pegawai administrasi, rumah tangga, *cleaning service*, satpam, dan dosen UNIKA yang ramah dan membantu peneliti selama di kampus
7. Bon-Bon, 'Tang, Nandee, Ganjar, Lely, A-Lee, Jovita, Cie Evi, Ko Didik dan tak lupa Crot's Family yaitu Yessi, Qichy, Eep, Mbak Suster, cucu Mei, Erika, Ika yang memberiku tawa, nasehat, dukungan, kesedihan, kemarahan, dsb yang menjadikan keseharianku selama lima tahun lebih berwarna
8. Tim PKM (Pelayanan Kaum Muda) yang benar-benar mengembangkan aku luar dalam, Suster Vincent, para tetua dan adik lapis, spesial banget untuk

Lapisku : Ayah, Anita, Alfons, Antik, Aan, Arum, Agnes Novita, Andy, Puji, Jovita, dan Lintang

9. Perpustakaan Pusat dan Fakultas Psikologi untuk pelayanan (juga kepada para PW yang pernah bersamaku) dan buku-buku yang sangat membantu selama menempuh studi
10. Bu Lastri, Pak Ake, Pak Ferdi, trainer dan cotrainer angkatan satu dan dua PPKM atas belajar bersama akan banyak hal, termasuk konflik pribadi bahkan ketika dituntut profesionalitas dalam bekerja
11. Pak Jati terimakasih atas kesempatan bergabung dalam GERHANA dan Bu Lita yang memberi kesempatan lebih namun tidak terealisasikan
12. Ibu Rika Saraswati dan Pak Doni Danardono yang memberi bantuan referensi yang membatu penelitian
13. Teman-teman seangkatan 2002, terutama yang pernah sekelas denganku trimakasih atas segala kisah
14. Teman-teman seperjuangan di KKN Kumpulrejo Januari 2006 dan relawan *Trauma Healing* dari UNIKA : Mas Yessi, Rusadi, Gosong, Trimbil, Eman dan Monop, Mba Dian, Irnida, dan Rani, Teres; dari SATYA : Mas Hendro, Damaskus, Maruli, Mba Mondy, Ari, Yuni, Nike, Yesika ; dari SADAR : Danang, Bayu, Stella, Vera atas kerjasama saat di Berbah dan sekitarnya
15. Sebuah keluarga yang tinggal di Jl. Ungaran 12 yang membuat penulis merasa berada dalam rumah
16. Pelabuhan hatiku, Fransiskus Xaverius Kushartono yang menyangiku dengan kesungguhannya mendampingi dan menerimaku apa adanya.

Semarang, Maret 2007

Penulis

## DAFTAR ISI

	Hal.
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	v
<b>HALAMAN UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>HALAMAN ABSTRAKSI</b> .....	xv
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	12
C. Manfaat Penelitian .....	13
1. Manfaat Praktis .....	13
2. Manfaat Teoritis .....	13
<b>BAB II : TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b> .....	14
A. Emosi Pada Korban KDRT .....	14
1. Bentuk-bentuk Emosi .....	16
2. Bentuk-bentuk KDRT .....	18
3. Dampak-dampak KDRT .....	19

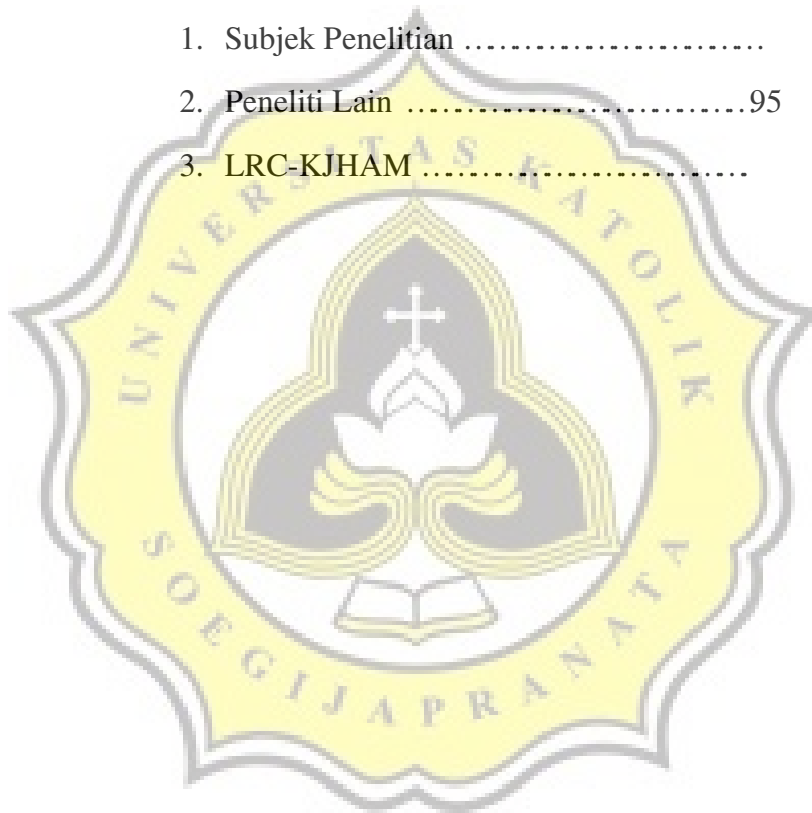


4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Emosi .....	22
B. Terapi Menulis .....	25
1. Pengertian Terapi Menulis .....	25
2. Teknik Terapi Menulis .....	26
C. Efektivitas Terapi Menulis Terhadap Emosi Korban KDRT .....	29
D. Hipotesis .....	32
<b>BAB III: METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
A. Metode Penelitian .....	33
B. Identifikasi Variabel .....	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	34
1. Emosi Negatif .....	34
2. Emosi Positif .....	34
3. Terapi Menulis .....	34
D. Subjek Penelitian .....	35
1. Populasi .....	35
2. Teknik Pengambilan Sample .....	36
E. Metode Pengumpulan Data .....	37
1. Alat yang Digunakan .....	37
a. Tes .....	37
b. Wawancara .....	38
c. Observasi .....	38
2. Prosedur Penelitian .....	39
a. Baseline .....	39

b. Terapi Menulis .....	39
c. Post Test .....	40
d. Follow Up .....	40
F. Teknik Analisis Data .....	40
<b>BAB IV : LAPORAN PENELITIAN .....</b>	<b>42</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian .....	42
B. Persiapan Penelitian.....	43
1. Ijin Penelitian .....	43
2. Persiapan Instrumen Penelitian .....	44
C. Pelaksanaan Penelitian.....	45
1. Prosedur Penelitian .....	45
2. Data Penelitian .....	45
a. Deskripsi Subjek Penelitian .....	45
1) Subjek I .....	45
2) Subjek II .....	46
b. Data Kuantitatif .....	47
1) Subjek I .....	47
2) Subjek II .....	47
c. Data Kualitatif .....	47
1) Subjek I .....	47
a) Latar Belakang KDRT yang Dialami	47
b) Emosi Sebelum Terapi Menulis .....	55
c) Terapi Menulis .....	56
(1) Terapi Menulis Pertama .....	56

(2) Terapi Menulis Ke dua .....	57
(3) Terapi Menulis Ke tiga .....	58
(4) Terapi Menulis Ke empat .....	59
(5) Terapi Menulis Ke lima .....	60
d) Emosi Setelah Terapi Menulis .....	61
e) Emosi Saat Follow Up .....	62
2) Subjek II .....	63
a) Latar Belakang KDRT yang Dialami	63
b) Emosi Sebelum Terapi Menulis .....	69
c) Terapi Menulis .....	70
(1) Terapi Menulis Pertama .....	70
(2) Terapi Menulis Ke dua .....	71
(3) Terapi Menulis Ke tiga .....	72
(4) Terapi Menulis Ke empat .....	73
(5) Terapi Menulis Ke lima .....	74
d) Emosi Setelah Terapi Menulis .....	75
e) Emosi Saat Follow Up .....	76
<b>BAB V : HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>78</b>
A. Analisis Data .....	78
1. Analisis Kuantitatif .....	78
a. Subjek I .....	78
b. Subjek II .....	79
2. Analisis Kualitatif .....	80
a. Subjek I .....	80

b. Subjek II .....	86
B. Pembahasan.....	88
<b>BAB VI : PENUTUP .....</b>	<b>95</b>
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran .....	95
1. Subjek Penelitian .....	95
2. Peneliti Lain .....	95
3. LRC-KJHAM .....	96



## DAFTAR LAMPIRAN

	Hal.
Lampiran pertama : DAFTAR PUSTAKA	97
Lampiran Ke dua : SKALA PANAS	101
Lampiran Ke tiga : PEDOMAN WAWANCARA DAN OBSERVASI	102
Lampiran Ke empat : WAWANCARA SUBJEK PENELITIAN	103
Lampiran Ke lima : HASIL TERAPI MENULIS	140
Lampiran Ke enam : Surat Ijin Penelitian Surat Bukti Penelitian	



## DAFTAR GRAFIK

	Hal.
Grafik Pertama Skor Emosi Skala PANAS Subjek Pertama	78
Grafik Kedua Skor Emosi Skala PANAS Subjek Kedua	80



## ABSTRAKSI

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat efektivitas terapi menulis terhadap penurunan emosi negatif dan peningkatan emosi positif pada korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. KDRT memiliki dampak yang sangat luas, juga secara psikologis seperti terjadinya pengekanan dan ketidaksejahteraan emosi. Korban memiliki kecenderungan emosi negatif. Tujuan dari terapi menulis adalah mengubah kognisi korban KDRT setelah melakukan pengkajian mendalam, pengolahan informasi, pengalaman, dan stimulus lingkungan sehingga dapat mengubah secara simultan emosi yang dimilikinya menjadi lebih baik dan tepat. Penelitian ini menggunakan eksperimen semu dalam metode *single case design*. Subjek penelitian adalah dua orang korban KDRT. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala PANAS (*Positive Affective and Negative Affective Schedule*) dari Clark-Tellegen yang berisi emosi positif dan emosi negatif. Pertemuan dilakukan dalam 12 kali pertemuan yaitu tiga pertemuan *baseline*, lima pertemuan terapi menulis berturut-turut, tiga pertemuan *post test*, dan satu pertemuan *follow up*. Analisis dalam penelitian ini dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Analisis kuantitatif dilakukan dengan analisis grafik dan analisis kualitatif dilakukan secara verbatim. Hasil penelitian pada kedua subjek menunjukkan adanya penurunan skor emosi negatif dan peningkatan emosi positif setelah melakukan terapi menulis.