

**PENGARUH TERAPI MENULIS PENGALAMAN EMOSIONAL TERHADAP
PENURUNAN PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA KELAS 2
SMA ISLAM DUDUKSAMPEYAN KABUPATEN GRESIK**

SKRIPSI



INNANI AINUR RIZQI
NIM 1102010855

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2015**

**PENGARUH TERAPI MENULIS PENGALAMAN EMOSIONAL TERHADAP
PENURUNAN PERILAKU AGRESIF REMAJA KELAS 2 SMA ISLAM
DUDUKSAMPEYAN KABUPATEN GRESIK**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

**INNANI AINUR RIZQI
NIM 11.02.01.0853**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2015**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : INNANI AINUR RIZQI
NIM : 11.02.01.0855
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : GRESIK, 21 AGUSTUS 1993
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul: "*Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik*" adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 05 Mei 2015

Yang menyatakan



INNANI AINUR RIZQI
11.02.01.0855

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : INNANI AINUR RIZQI
NIM : 11.02.01.0855
Judul : PENGARUH TERAPI MENULIS PENGALAMAN
EMOSIONAL TERHADAP PENURUNAN
PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA KELAS 2
SMA ISLAM DUDUKSAMPEYAN GRESIK

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Pengaji Skripsi pada
tanggal : 05 Mei 2015

Oleh :

Mengetahui :

Pembimbing I

Pembimbing II



Hj. Siti Sholikhah. S.Kep, Ns. M.Kes
NIK. 1979 03 06 2006 016



Abdul Rokhman. S.Kep, Ns.
NIK. 19881020 2012 058

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi
Di Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 5 Mei 2015

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua : Dr. H. Masram, MM., M.Pd.



Anggota : 1. Hj. Siti Sholikhah S.Kep., Ns., M.Kes.



2. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns.

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



CURICULUM VITAE

Nama : INNANI AINUR RIZQI
Tempat Tgl. Lahir : Gresik, 21 Agustus 1993
Alamat Rumah : Ds. Palebon, Kec. Duduksampeyan, Kab. Gresik.
Pekerjaan : Mahasiswa
Riwayat Pendidikan :
1. RAM NU 129 MATHLABUL ULUM Palebon Duduksampeyan Gresik
Lulus tahun 1999
2. MI. MATHLABUL ULUM Palebon Duduksampeyan Gresik Lulus tahun
2005
3. MTs. MAMBAUS SHOLIHIN lulus tahun 2008
4. MAN LAMONGAN lulus tahun 2011
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan sampai
sekarang.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*Genggamlah bumi sebelum bumi menggenggam anda,
pijaklah bumi sebelum bumi memijak anda, maka
perjuangkanlah hidup ini sebelum anda memasuki perut
bumi.*

*Dan barang siapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah,
sedang dia orang yang berbuat kebaikan, maka
sesungguhnya ia telah berpegang kepada buhul tali yang
kukuh. Dan hanya kepada Allah-lah kesudahan segala
urusan. (Q.S. Luqman: 22)*

Skripsi ini Kupersembahkan:

1. *Untuk kedua orang tuaku ayah dan ibu tercinta atas usaha serta jerih payah serta Do'anya yang tiada henti-hentinya diberikan kepadaku sehingga aku dapat mencapai cita-cita yang ku harapkan.*
2. *Untuk kedua adikku yang selalu menghiburku.*
3. *Untuk seseorang yang selalu memberikan semangat dan motivasi.*
4. *Dan tak lupa buat teman-teman seperjuanganku & B Keperawatan yang sama-sama berjuang dan mendukung untuk meraih kesuksesan*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi, serta terjadi perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis, maupun emosional, apabila remaja tidak mampu menyesuaikan perubahan yang terjadi akan menimbulkan frustasi yang mengarah pada tindakan agresif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh menulis pengalaman emosional terhadap penurunan perilaku agresif pada remaja kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Gresik.

Desain penelitian ini adalah *one group pretest-postest*. Besar sampelnya adalah seluruh remaja kelas 2 sebanyak 35 remaja di SMA Islam Duduksampeyan Gresik, pada bulan Januari 2015 sampai Maret 2015. Pengumpulan data menggunakan buku diary, bolpoint dan lembar kuesioner *aggression questionnaire* dengan menggunakan uji *wilcoxon sign rank test* dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku agresif remaja setelah dilakukan intervensi menulis pengalaman emosional hampir seluruhnya 85,7% berperilaku agresif ringan dan sebagian kecil 14,3% berperilaku agresif rendah.

Hasil pengujian statistik diperoleh hasil terdapat pengaruh antara menulis pengalaman emosional terhadap penurunan perilaku agresif dengan nilai $Z = -5,477^a$ dengan $P = 0,000$ dimana $P < 0,05$.

Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh menulis pengalaman emosional terhadap penurunan perilaku agresif pada remaja kelas 2 di SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka menulis pengalaman emosional menjadi faktor penting yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk penurunan perilaku agresif.

Kata Kunci : Remaja, Perilaku Agresif, Terapi Penulis pengalaman Emosional, Aggression Questionnaire.

ABSTRACT

Adolescence is a period of transition, as well as a change in her physical, psychological, and emotional, if teenagers are not able to adjust the changes will give rise to frustration, which leads to aggressive action. This study aims to determine the effect of writing an emotional experience to the reduction of aggressive behavior in teenagers grade 2 SMA Islam Duduksampeyan Gresik. This study was one group pretest-posttest. Large sample is a whole class of 2 teens as much as 35 teenagers at SMA Islam Duduksampeyan Gresik, in January 2015 to March 2015. The data was collected using a diary, a pen and a sheet of aggression questionnaire questionnaire by using the Wilcoxon signed rank test test with significance level of 0.05.

The results showed that adolescent aggressive behavior after the intervention of writing is almost entirely emotional experience 85.7% mild and aggressive behavior fraction 14.3% lower aggressive behavior.

Statistical tests results obtained there is influence between writing an emotional experience to decrease aggressive behavior with the value of $Z = -5,477a$ with $P = 0.000$, where $P < 0.05$.

Results of this study is there are significant write emotional experience to decrease aggressive behavior in adolescents Class 2 at SMA Islam Duduksampeyan Gresik.

Based on these results it is writing an emotional experience becomes an important factor that should be applied in daily life to decrease aggressive behavior.

Key Words: Adolescent, Aggressive Behavior, Emotional Experience Writing Therapy, Aggression Questionnaire

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Siswa-siswi Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak / Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Ns. Arifal Aris, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku Kaprodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
3. H. Zuhri, S.Pd. Selaku Kepala Kepala Sekolah SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik tempat penelitian.
4. Hj. Siti Sholikhah, S.Kep, Ns, M.Kes. selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
5. Abdul Rokhman, S.Kep, Ns. selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

6. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kedua orang tua saya Bapak (Sholikin) dan Ibu (Masluah) tercinta yang telah memberikan dukungan baik berupa material maupun spiritual selama menempuh pendidikan di Stikes Muhammadiyah Lamongan.
8. Teman-temanku semuanya yang senantiasa memberiku semangat dan doa selama penyusunan skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaiannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang di berikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun semangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 05 Mei 2015

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
COVER DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
CURICULUM VITAE	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xviii
BAB 1 : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja	10
2.1.1 Pengertian Remaja	10
2.1.2 Karakteristik Remaja	11
2.1.3 Tugas-tugas Perkembangan Remaja pada Fase Remaja Akhir.....	13
2.2 Konsep Agresif	14
2.2.1 Pengertian Agresif	14
2.2.2 Rentang Respon Perilaku Agresif.....	15

2.2.3 Macam-Macam Agresif	16
2.2.4 Jenis-Jenis Perilaku Agresif.....	17
2.2.5 Faktor Penyebab Agresifitas	18
2.2.6 Kategori Perilaku Agresif	22
2.2.7 Dampak perilaku agresif	23
2.2.8 Mencegah atau mengendalikan perilaku agresif	24
2.2.9 Pengukuran perilaku agresif.....	25
2.3 Konsep Dasar Terapi Menulis	28
2.3.1 Pengertian Terapi Menulis.....	28
2.3.2 Fungsi Menulis	28
2.3.3 Tujuan Menulis	29
2.3.4 Manfaat Menulis	30
2.3.5 Teknik Terapi Menulis.....	30
2.4 Konsep Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif.....	32
2.5 Kerangka Konsep.....	35
2.6 Hipotesis Penelitian	36

BAB 3 : METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	37
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	38
3.3 Kerangka Kerja	38
3.4 Identifikasi Variabel.....	40
3.4.1 Variabel Independen	40
3.4.2 Variabel Dependen	40
3.5 Definisi Operasional Variabel.....	41
3.6 Populasi, Sampel, Sampling	42
3.6.1 Populasi Penelitian.....	42
3.6.2 Sampel Penelitian	42
3.6.3 Sampling Penelitian	44
3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data	44
3.7.1 Proses Pengumpulan Data	44

3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data	45
3.7.3 Pengolahan Data	45
3.7.4 Analisa Data.....	48
3.8 Etika Penelitian	49
3.8.1 <i>Informant Consent</i>	50
3.8.2 <i>Anonymity</i> Atau Tanpa Nama.....	50
3.8.3 <i>Confidentiality</i> Atau Kerahasiaan	50
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	51
4.1.1 Data Umum	51
4.1.2 Data Khusus	53
4.2 Pembahasan	54
4.2.1 Perilaku Agresif Pre Intervensi Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Pada Tahun 2015	55
4.2.2 Perilaku Agresif Post Intervensi Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Pada Tahun 2015	57
4.2.3 Perilaku Agresif Pre dan Post Intervensi Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Pada Tahun 2015.....	59
4.2.4 Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Tahun 2015..	61
BAB 5 PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	64
5.2 Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN - LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Dimensi alat ukur agresi beserta indikatornya	27
Tabel 3.1 Definisi operasional Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Gresik.....	41
Tabel 4.1 Distribusi Umur Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Tahun 2015.....	52
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Tahun 2015.....	52
Tabel 4.3 Karakteristik Remaja Berdasarkan Perilaku Agresif Pre Intervensi di SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik pada Tahun 2015.....	53
Tabel 4.4 Karakteristik Remaja Berdasarkan Perilaku Agresif Post Intervensi di SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik pada Tahun 2015.....	53
Tabel 4.5 Tabel Silang Pengaruh Pre dan Post Eksperimen Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik Tahun 2015.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Agresif	15
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Menulis Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Pada Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Gresik.	35
Gambar 3.1 Skema Penelitian.....	37
Gambar 3.2 Kerangka kerja penelitian Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Perilaku Agresif Remaja Kelas 2 SMA Islam Duduksampeyan Gresik.	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan
Lampiran 2	Surat Permohonan Ijin Melakukan Survei Awal
Lampiran 3	Surat Balasan Survey Awal Dari SMA Islam Duduksampeyan Gresik
Lampiran 4	Surat Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 5	Surat Balasan Melaksanakan Penelitian Dari SMA Islam Duduksampeyan Kabupaten Gresik
Lampiran 6	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 7	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 8	Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 9	Kisi-Kisi Kuesioner
Lampiran 10	Kunci Jawaban Kuesioner
Lampiran 11	Satuan Acara Kegiatan
Lampiran 12	Tabulasi Distribusi Data Umum Penelitian
Lampiran 13	Tabulasi Distribusi Data Khusus Penelitian
Lampiran 14	Tabulasi Distribusi Pre Intervensi
Lampiran 15	Tabulasi Distribusi Post Intervensi
Lampiran 16	Hasil Analisa Data SPSS.18.0 Usia dan Jenis Kelamin
Lampiran 17	Hasil Analisa Data SPSS.18.0 Pre dan Post Interensi
Lampiran 18	Hasil Analisa Data SPSS.18.0 Wilcoxon Signed Rank Test
Lampiran 19	Hasil Analisa Data SPSS.18.0 Tabel Silang Sebelum Terapi Menulis dan Sesudah Terapi Menulis
Lampiran 20	Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

BPS	: Badan Pusat Statistik
RAM	: Roudlotu Atfal Muslimat
NU	: Nahdlotul Ulama'
MI	: Madrasah Ibtidaiyah
MTs	: Madrasah Tsanawiyah
SMA	: Sekolah Menengah Atas
MAN	: Madrasah Aliyah Negeri
NIK	: Nomor Induk Kepergawaiian
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: Ners
SKep	: Sarjana Keperawatan
MKes	: Magister Kesehatan
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
WHO	: <i>World Health Organization</i>
%	: persen
<	: kurang dari
>	: lebih dari
≥	: lebih dari atau sama dengan
Σ F	: Frekuensi jawaban responden