



**PENGARUH INTERVENSI *EXPRESSIVE WRITING* TERHADAP
FAMILY CAREGIVER BURDEN PADA *CAREGIVER* PASIEN DENGAN
PENYAKIT KRONIS**



LAPORAN SKRIPSI

SEPTIYANI

46119110062

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2023



**PENGARUH INTERVENSI *EXPRESSIVE WRITING* TERHADAP
FAMILY CAREGIVER BURDEN PADA *CAREGIVER* PASIEN DENGAN
PENYAKIT KRONIS**

LAPORAN SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS
SEPTIYANI
46119110062
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2023

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Septiyani

NIM : 46119110062

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Intervensi *Expressive Writing* Terhadap
Family Caregiver Burden Pada *Caregiver* Pasien
Dengan Penyakit Kronis

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 15 Agustus 2023



Septiyani

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Septiyani
NIM : 46119110062
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Intervensi *Expressive Writing* Terhadap *Family Caregiver Burden* Pada *Caregiver* Pasien Dengan Penyakit Kronis

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si
NIDN : 312047205
Ketua Penguji : Dana Riksa Buana, Ph.D
NIDN : 322128802
Penguji I : Dian Misrawati, M.Psi
NIDN : 1021118602



Jakarta, 15 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan



(Laila Meilyandrie Indah Wardani, Ph.D)

Ketua Program Studi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, dimana atas segala rahmat, taufik dan hidayahnya Saya masih diberikan kesehatan, kesempatan untuk dapat mengerjakan skripsi untuk memenuhi sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana dengan judul, “Pengaruh Intervensi *Expressive Writing* Terhadap *Family Caregiver Burden* pada *Caregiver* Pasien Dengan Penyakit Kronis”

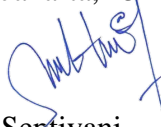
Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan tentunya karena adanya bantuan dari orang-orang hebat di sekitar penulis. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan banyak sekali terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan tugas akhir ini terutama kepada :

1. Bpk. Prof. Andi Ardiansyah selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliandri Indah Wardani., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar dan semangat sudah berkenan meluangkan waktu dan pikirannya dalam membimbing dan memberikan arahan kepada penulis selama proses pengerjaan skripsi dari awal hingga akhir.
5. Bpk. Dana Riksa Buana, Ph.D & Ibu Dian Misrawati, M.Psi, Psikolog, selaku dosen penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Ibu Fatma Nur Aqmarina, M.Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan arahan dan bimbingan akademik kepada penulis dari awal hingga akhir selama masa perkuliahan.
7. Orang tua khususnya Mama dan keluarga dari kakak hingga keponakan yang senantiasa selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

8. Para sahabat Saya, Ridwan, Sinta, Kak Siti, terima kasih karena selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis. Khususnya Ridwan, yang senantiasa menyaksikan perjalanan penulis dan memberi dukungan sejak awal masuk perkuliahan hingga sekarang.
9. Kepada para sahabat di “Grup Semangat” dan “Tim Sukses”. Kak Niza, Kak Bunga, Chindy, Niken, Windy, Ayu Septiani, & Rahayu. Kepada teman seperjuangan dalam menyusun skripsi, Faizah, Mary, & Suster Lusia, teman diskusi yang telah memberikan saran dan mendengarkan keluh kesah serta menjadi *support system* bagi penulis selama menyusun skripsi.
10. Teman-teman psikologi UMB menteng angkatan 35 yang telah memberikan banyak dukungan dan informasi kepada penulis.
11. Kepada rekan kerja penulis di PT Indonakano, Bp. Ronny, Kak Dwi Septi, Teh Icha, Bu Lina, Bu Popy, terima kasih atas dukungan moral dan materil yang telah diberikan selama masa perkuliahan berlangsung.
12. Kepada para partisipan yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengikuti penelitian dalam penyusunan skripsi.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang sudah terlibat dalam membantu menyelesaikan skripsi ini. Penulis berharap tugas akhir yang telah dibuat ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya. Penulis mengucapkan permohonan maaf apabila dalam penulisan ini masih terdapat banyak kekurangan. Kritik dan saran sangat diharapkan agar penulis melakan perbaikan untuk lebih baik kedepannya.

Jakarta, 15 Agustus 2023


Septiyani

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Septiyani
NIM : 46119110062
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Intervensi *Expressive Writing* Terhadap *Family Caregiver Burden* Pada *Caregiver* Pasien Dengan Penyakit Kronis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 15 Agustus 2023

Yang menyatakan,


Septiyani

ABSTRAK

Nama : Septiyani
NIM : 46119110062
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Intervensi *Expressive Writing* Terhadap *Family Caregiver Burden* Pada *Caregiver* Pasien Dengan Penyakit Kronis
Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari intervensi *expressive writing* terhadap *family caregiver burden* pada *caregiver* pasien dengan penyakit kronis. *Expressive writing* merupakan suatu jenis terapi yang menggunakan menulis sebagai media untuk mengungkapkan peristiwa traumatis secara emosional yang dialami serta mengekspresikan hal-hal yang dipendam yang kemudian digambarkan melalui tulisan dengan ekspresi emosi yang bebas dan bersifat pribadi tanpa perlu memperhatikan ejaan, tanda baca, maupun diksi. Sedangkan *family caregiver burden* merupakan sejauh mana *caregiver* merasakan respon negatif yang dirasakan pada aspek emosional, sosial, finansial, dan fisik selama mereka melakukan perawatan. Penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimen dengan *one group pretest-posttest design* yang dilakukan kepada 16 individu yang merupakan *family caregiver* yang sedang merawat pasien dengan penyakit kronis yang dipilih melalui metode *purposive non random sampling*. Intervensi *expressive writing* dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15-30 menit. Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *ANOVA Repeated Measure*. Hasil dari analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa intervensi *expressive writing* tidak memberikan dampak yang signifikan terhadap *family caregiver burden*, namun terlihat adanya tren penurunan pada skor keseluruhan dari *caregiver burden* paska- intervensi. Kemudian partisipan perempuan, partisipan pada kategori usia dewasa madya, tidak bekerja, melakukan perawatan selama lebih dari 1 tahun, dan merawat pasangan yang menderita penyakit kronis, serta partisipan dengan pendapatan rata-rata pada kategori rendah, merupakan kelompok yang merasakan efek dari intervensi *expressive writing* lebih besar dari kelompok lainnya.

Kata Kunci: *Expressive Writing*, *family caregiver burden*, Pasien Penyakit Kronis

ABSTRACT

Name : Septiyani
NIM : 46119110062
Study Program : Psychology
Title Thesis Report : The Effect of Expressive Writing Intervention on Family Caregiver Burden in Caregivers of Patients with Chronic Diseases
Consellor : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

This study aims to determine the effect of expressive writing intervention on family caregiver burden in caregivers of patient with chronic diseases. Expressive writing is a type of therapy that uses writing as medium to express emotionally traumatic events experienced and to express hidden feelings which are then described through writing with free and personal emotional expression without the need to pay attention to spelling, punctuation, or diction. Whereas family caregiver burden is how far caregiver feel a negative response that is felt in the emotional, social, financial, and physical aspects during the care. This study uses a quasi-experimental method with one group pretest-posttest design which was conducted on 16 individuals who are family caregiver currently treating patients with chronic diseases selected through purposive non random sampling method. The expressive writing intervention is carried out for three consecutive days with duration 15-30 minutes. Hypothesis testing in this study was carried out using ANOVA Repeated Measure. The results of the analysis performed show that the intervention expressive writing did not have a significant impact on family caregiver burden, but there is a decreasing trend in the overall score of caregiver burden post-intervention. Then the results on female participants, middle-aged, unemployed participants, caring for more than 1 year, and caring for partners who suffer from chronic illnesses, as well as participants with an average income in the low category, are groups that feel the effects of the intervention expressive writing bigger than the other group.

Keywords: *Expressive Writing, Family Caregiver Burden, Patient with chronic diseases*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoristis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 <i>Family Caregiver Burden</i>	7
2.1.1 Definisi <i>Family Caregiver</i>	7
2.1.2 Tugas <i>Family Caregiver</i>	8
2.1.3 Definisi <i>Family Caregiver Burden</i>	10
2.1.4 Jenis-Jenis <i>Family Caregiver Burden</i>	11
2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Family Caregiver Burden</i>	11
2.2 Pasien dengan Penyakit Kronis	14
2.3 <i>Expressive Writing</i>	15
2.3.1 Definisi <i>Expressive Writing</i>	15
2.3.2 Tujuan <i>Expressive Writing</i>	16
2.3.3 Manfaat <i>Expressive Writing</i>	16
2.3.4 Mekanisme <i>Expressive Writing</i>	17

2.4	Penelitian Terdahulu.....	18
2.5	Dinamika Penelitian	23
2.6	Kerangka Berpikir	24
2.7	Hipotesa Penelitian.....	25
BAB III		26
METODE PENELITIAN.....		26
3.1	Desain Penelitian	26
3.2	Populasi dan Sampel	27
3.2.1	Populasi.....	27
3.2.2	Sampel.....	27
3.3	Definisi Operasional.....	28
3.3.1	Identifikasi Variabel.....	28
3.3.2	Definisi Operasional Variabel <i>Expressive Writing (IV)</i>	28
3.3.3	Definisi Operasional Variabel <i>Family Caregiver Burden (DV)</i>	28
3.4	Metode Pengambilan Data	28
3.4.1	Prosedur Pengumpulan Data.....	29
3.4.2	Instruksi.....	30
3.5	Instrumen Penelitian.....	31
3.5.1	Alat Ukur BSFC-s.....	31
3.6	Validitas & Reliabilitas	32
3.6.1	Uji Validitas	32
3.6.2	Uji Reliabilitas	32
3.7	Analisis Data	33
3.7.1	Uji Deskriptif	33
3.7.2	Uji Asumsi Klasik	33
3.7.3	Uji Hipotesis	34
BAB IV		35
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		35
4.1	Gambaran Demografis	35
4.1.1	Jenis Kelamin	36
4.1.2	Usia	36
4.1.3	Pekerjaan.....	37
4.1.4	Lamanya Waktu Perawatan.....	37
4.1.5	Anggota Keluarga yang Dirawat.....	38
4.1.6	Penghasilan	38
4.2	Hasil Analisis Deskriptif	39

4.3	Hasil Uji Asumsi	43
4.3.1	Hasil Uji Homogenitas	43
4.3.2	Hasil Uji Normalitas	43
4.4	Hasil Uji Hipotesis	44
4.5	Analisis Tambahan	45
4.5.1	Perbandingan Skor	45
4.5.2	Perbandingan Skor Berdasarkan Jenis Kelamin	47
4.5.3	Perbandingan Skor Berdasarkan Usia	48
4.5.4	Perbandingan Skor Berdasarkan Pekerjaan	49
4.5.5	Perbandingan Skor Berdasarkan Lamanya Perawatan.....	50
4.5.6	Perbandingan Skor Berdasarkan Anggota Keluarga yang Dirawat	51
4.5.7	Perbandingan Skor Berdasarkan Pendapatan.....	52
4.6	Pembahasan	53
BAB V	59
KESIMPULAN DAN SARAN	59
5.1	Kesimpulan.....	59
5.2	Keterbatasan Penelitian	60
5.3	Saran	60
5.3.1	Saran Teoritis	60
5.3.2	Saran Praktis	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	68



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Burden Scale of Family Caregiver- Short Version (BSFC-s).....	31
Tabel 3. 2 Hasil uji reliabilitas	32
Tabel 4. 1 Gambaran Demografis Partisipan	35
Tabel 4. 2 Jenis kelamin.....	36
Tabel 4. 3 Usia	36
Tabel 4. 4 Pekerjaan.....	37
Tabel 4. 5 Lamanya waktu perawatan	38
Tabel 4. 6 Anggota Keluarga yang Dirawat	38
Tabel 4. 7 Penghasilan Perbulan	39
Tabel 4. 8 Analisis Deskriptif Family Caregiver Burden Sebelum Intervensi (Pre-test)..	39
Tabel 4. 9 Kategorisasi Family Caregiver Burden Sebelum Intervensi (Pre-test)	40
Tabel 4. 10 Analisis Deskriptif Family Caregiver Burden (Post-Test 1).....	40
Tabel 4. 11 Kategorisasi Family Caregiver Burden (Post-test 1)	41
Tabel 4. 12 Analisis Deskriptif Family Caregiver Burden (Post-Test 2).....	42
Tabel 4. 13 Kategorisasi Family Caregiver Burden (Post-test 2)	42
Tabel 4. 14 Hasil Uji Homogenitas.....	43
Tabel 4. 15 Hasil uji normalitas	44
Tabel 4. 16 ANOVA Repeated Measures	44
Tabel 4. 17 Perbedaan Skor Sebelum dan Sesudah Intervensi	45
Tabel 4. 18 Skor Mean Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4. 19 Perbandingan Skor Mean Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4. 20 Skor Mean Berdasarkan Usia.....	48
Tabel 4. 21 Perbandingan Skor Mean Berdasarkan Usia.....	48
Tabel 4. 22 Skor Mean Berdasarkan Pekerjaan	49
Tabel 4. 23 Perbandingan Skor Mean Berdasarkan Pekerjaan	49
Tabel 4. 24 Skor Mean Berdasarkan Lamanya Perawatan	50
Tabel 4. 25 Perbandingan Skor Mean Berdasarkan Lamanya Perawatan.....	50
Tabel 4. 26 Skor Mean Berdasarkan Anggota Keluarga yang Dirawat	51
Tabel 4. 27 Perbandingan Skor Mean Berdasarkan Anggota Keluarga yang Dirawat	51
Tabel 4. 28 Skor Mean Berdasarkan Pendapatan.....	52
Tabel 4. 29 Perbandingan Skor Mean Berdasarkan Penghasilan.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	24
Gambar 4. 1 Diagram Skor Caregiver Burden.....	46



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Expert Judgement	69
Lampiran 2 Pengantar Penelitian, Inform Consent & Identitas Partisipan	79
Lampiran 3 Daftar Pertanyaan	82
Lampiran 4 Instruksi Menulis Hari Ke-1	84
Lampiran 5 Instruksi Menulis Hari Ke-2	85
Lampiran 6 Instruksi Menulis Hari Ke-3	86
Lampiran 7 Hasil uji Reliabilitas	87
Lampiran 8 Hasil Uji Homogenitas	88
Lampiran 9 Hasil Uji Normalitas	89
Lampiran 10 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	95
Lampiran 11 Rumus Kategorisasi	96
Lampiran 12 Hasil Kategorisasi Hipotetik	96
Lampiran 13 Hasil Kategorisasi Empirik	97
Lampiran 14 Gambaran Umum Jenis Kelamin	98
Lampiran 15 Gambaran Umum Usia	98
Lampiran 16 Gambaran Umum Pekerjaan	99
Lampiran 17 Gambaran Umum Lamanya Waktu Perawatan	99
Lampiran 18 Gambaran Umum Anggota Keluarga yang Dirawat	99
Lampiran 19 Gambaran Umum Pendapatan	100
Lampiran 20 Hasil Uji Hipotesis dengan ANOVA Repeated Measure	100
Lampiran 21 Hasil Deskriptif Berdasarkan Jenis Kelamin	103
Lampiran 22 Hasil Deskriptif Berdasarkan Kategori Usia	104
Lampiran 23 Hasil Deskriptif Berdasarkan Pekerjaan	105
Lampiran 24 Hasil Deskriptif Berdasarkan Lamanya Perawatan yang Diberikan	106
Lampiran 25 Hasil Deskriptif Berdasarkan Anggota Keluarga yang Dirawat	107
Lampiran 26 Hasil Deskriptif Berdasarkan Pendapatan	108

UNIVERSITAS
MERCU BUANA