

ABSTRAK

Nama : Niken Rismawati Fauziah
NIM : 46119110041
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Pengaruh *Expressive Writing* Terhadap *Psychological Distress* Pada Family Caregiver Pasien Dengan Penyakit Kronis
Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.

Keluarga sebagai pemberi perawatan yang sangat penting dalam merawat anggota keluarga lainnya yang memiliki gangguan kesehatan. Dalam hal ini, pada pasien dengan penyakit kronis membutuhkan bantuan perawatan yang diberikan oleh *perawat keluarga*. Hal tersebut terkadang membutuhkan waktu jangka yang lama serta seringkali memberikan tanggung jawab lebih bagi perawat keluarga. Menjadi perawat keluarga bukanlah hal yang mudah, tidak ada yang dapat mempersiapkan perawat untuk menjadi apa yang semestinya. Dalam masa transisi, perawat keluarga mungkin mengalami hambatan secara psikologis dalam menyesuaikan diri serta tanggung jawab baru yang ditanggungnya. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh menulis ekspresif terhadap distres psikologis pada perawat keluarga pasien penyakit kronis. Partisipan pada penelitian ini sebanyak 16 perawat keluarga di Indonesia. Metode penelitian dengan *Quasi Experiment* dengan desain *One-Group Pretest-Posttest Design* dan data yang didapat dianalisis menggunakan uji *Repeated Measures Anova*. Hasil penelitian menunjukkan nilai sig. $0,900 > 0,05$ maka tidak terdapat pengaruh dari perlakuan menulis ekspresif terhadap distres psikologis pada perawat keluarga pasien penyakit kronis, namun memiliki tren penurunan pada skor distres psikologis.

Kata kunci: menulis ekspresif, distres psikologis, perawat keluarga

ABSTRACT

Name : Niken Rismawati Fauziah
NIM : 46119110041
Study Program : Psychology
Title Thesis : Influence of Expressive Writing on Psychological Distress
in Family Caregivers of Patients with Chronic Diseases
Counsellor : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.

The family as a caregiver is very important in caring for other family members who have health problems. In this case, patients with chronic diseases need care assistance provided by family caregiver. This sometimes takes a long time and often gives more responsibility to the family caregiver. Being a family caregiver is not easy, nothing can prepare caregiver to be what they should be. During the transition period, family caregiver may experience psychological barriers in adjusting to the new responsibilities they assume. This study was conducted to determine the effect of expressive writing on psychological distress in family caregiver with chronic illness. Participants in this study were 16 family caregiver in Indonesia. The research method uses Quasi Experiment with One-Group Pretest-Posttest Design and the data obtained were analyzed using the Repeated Measures Anova test. The results of the study show the sig. $0.900 > 0.05$, so there is no effect of expressive writing treatment on psychological distress in family caregiver with chronic illness, but there is a decreasing trend in psychological distress scores.

Keywords: *expressive writing, psychological distress, family caregiver*

MERCU BUANA