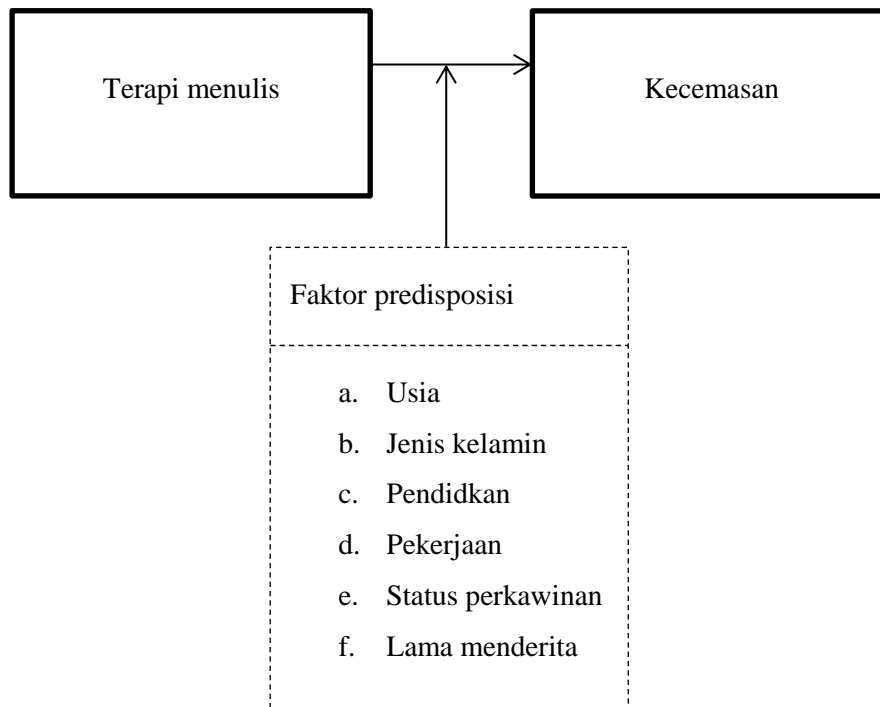


BAB III

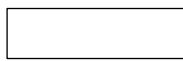
KERANGKA KONSEP

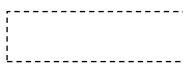
A. Kerangka Konsep

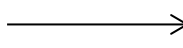
Kerangka konsep penelitian adalah abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel (Nursalam, 2017). Adapun kerangka konsep dari penelitian ini dapat dijabarkan seperti gambar 1 di bawah ini :



Keterangan :

 : yang diteliti

 : yang tidak diteliti

 : alur pikir

Gambar 1 Kerangka konsep pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap tingkat kecemasan pada ODHA di Yayasan Spirit Paramacitta Denpasar tahun 2019.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Variabel adalah karakteristik yang melekat pada populasi, bervariasi antara satu orang dengan yang lainnya dan diteliti dalam suatu penelitian, misalnya jenis kelamin, berat badan, indeks massa tubuh, kadar hemoglobin (Dharma, 2011). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu:

a. Variabel Bebas

Variabel bebas (*independent*) merupakan variabel yang nilainya menentukan variabel lain. (Nursalam, 2017). Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah terapi menulis ekspresif.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat (*dependent*) merupakan faktor yang dinikmati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam, 2017). Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kecemasan.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah unsur penelitian yang menjelaskan bagaimana cara mengukur suatu variabel. Definisi operasional dari variabel sangat diperlukan untuk menentukan alat atau instrument yang akan digunakan dalam pengumpulan data. Definisi operasional variabel disajikan dalam tabel 3.

Tabel 1
 Definisi Operasional Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif terhadap
 Tingkat Kecemasan pada ODHA di Yayasan Spirit Paramacitta di Denpasar
 Tahun 2019

No	Vasiabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala/Hasil Ukur
1	2	3	4	5
1	Variabel <i>Independent:</i> Terapi menulis ekspresif	Kegiatan dalam bentuk menuliskan kejadian traumatik yang kemudian hasil dari tulisan tersebut akan dibaca dan didiskusikan untuk mendapatkan solusi. Dilaksanakan selama tiga kali pertemuan. Adapun pertemuan pertama dilaksanakan 4 sesi dengan total waktu 85 menit. Pertemuan kedua dilaksanakan 3 sesi dengan durasi 70 menit. Pertemuan ketiga dilaksanakan 4 sesi dengan waktu 90 menit. Dilakukan empat tahap, yang pertama <i>recognition</i> bertujuan merileksasi, yang kedua <i>examination</i> yaitu menulliskan pengalaman traumatik, <i>feedback</i> yaitu membuat individu memperoleh pemahaman tentang dirinya, dan <i>application to the selft</i> yaitu mengaplikasikan pengetahuan barunya	SPO terapi menulis ekspresif	-
2	Variabel <i>Dependent :</i> Kecemasan	Perubahan yang dirasakan oleh seseorang dengan gejala fisik yaitu banyak keringat, gugup,	TMAS	Interval 1. Cemas ringan: 0-15

sakit perut, tangan dan kaki terasa dingin, tidak selera makan, jantung berdetak kencang, gejala dan psikologis berupa takut, gelisah, khawatir, mudah marah dan mudah teringgung	2. Cemas sedang: 16-33 3. Cemas berat: >34
---	---

3. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pernyataan penelitian (Nursalam, 2017). Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap tingkat kecemasan pada ODHA di Yayasan Spirit Paramacitta di Denpasar tahun 2019.