

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP
PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) PADA
ORANG DENGAN HIV/AIDS DI YAYASAN
KESEHATAN BALI TAHUN 2021**



**Oleh :
NI WAYAN LITA PERDANI
NIM. P07120217017**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP
PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) PADA
ORANG DENGAN HIV/AIDS DI YAYASAN
KESEHATAN BALI TAHUN 2021**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

NI WAYAN LITA PERDANI

NIM. P07120217 017

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

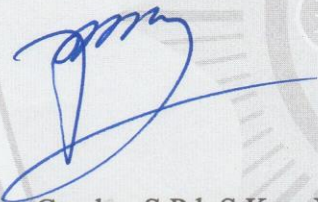
SKRIPSI

PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) PADA ORANG DENGAN HIV/AIDS DI YAYASAN KESEHATAN BALI TAHUN 2021

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si
NIP. 196510081986031001


I Gusti Ayu Harini, SKM.M.Kes
NIP. 196412311985032011

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



 Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SKRIPSI

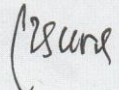
PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) PADA ORANG DENGAN HIV/AIDS DI YAYASAN KESEHATAN BALI TAHUN 2021

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI: SENIN

TANGGAL : 24 MEI 2021

TIM PENGUJI:

1. I Nengah Sumirta, SST,S.Kep.Ns. M.Kes (Ketua) (.....) 
NIP. 196502251986031002
2. I Gede Widjanegara, SKM.M.Fis (Anggota) (.....) 
NIP. 195805201979101001
3. I Wayan Candra, S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Si (Anggota) (.....) 
NIP. 196510081986031001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

 Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Wayan Lita Perdani
NIM : P07120217017
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2020/2021
Alamat : Jalan Raya Bunutan, Br. Bunutan, Kedewatan, Ubud.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) pada Orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Kesehatan Bali Tahun 2021 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gianyar, 21 Mei 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Wayan Lita Perdani
NIM. P07120217017

**THE EFFECT OF EXPRESSIVE WRITING THERAPY ON SELF
DISCLOSURE LEVELS IN PEOPLE LIVING WITH HIV/AIDS
IN BALI HEALTH FOUNDATION ON 2021**

ABSTRACT

*HIV / AIDS can cause psychological problems in sufferers, many people with HIV / AIDS prefer to close themselves off, one way to be more open is by doing expressive writing therapy. **The aims of research** were to determine the effect of expressive writing therapy on self-disclosure in people with HIV / AIDS at the Bali Health Foundation in 2021. **The design of research** was pre-experimental with one group pre-test-post-test design. **The sampling method** was using purposive sampling method. The number of samples is 15 people. The research instrument used the 32-item revised self-disclosure scale. **The result** showed that the level of self-disclosure before being given treatment was mostly in the moderate category as many as 10 people (66.7%) and after being given treatment there was an increase in the score with the moderate category results to 14 people (93.3%). Hypothesis testing was carried out using the Wilcoxon statistical test with a $p\text{-value} = 0.001$, there is a significant effect in providing expressive writing therapy on the level of self-disclosure in people with HIV / AIDS at the Bali Health Foundation in 2021. **The conclusion** that expressive writing therapy can increase the level of self-disclosure in research subjects.*

Keywords: *Expressive Writing, Self-disclosure, PLWHA*

PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) PADA ORANG DENGAN HIV/AIDS DI YAYASAN KESEHATAN BALI TAHUN 2021

ABSTRAK

Penyakit HIV/AIDS dapat menimbulkan banyak gangguan pada penderitanya, selain gangguan fisik juga dapat menyebabkan gangguan psikologis, tidak sedikit orang dengan HIV/AIDS lebih memilih untuk menutup diri, salah satu cara agar dapat menjadi lebih terbuka adalah dengan cara melakukan terapi menulis ekspresif. **Tujuan penelitian** ini untuk mengetahui pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap pengungkapan diri pada orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Kesehatan Bali Tahun 2021. **Desain penelitian** ini adalah *pre-experimental* dengan jenis penelitian *one group pre-test-post-test design*. **Teknik sampling** yang digunakan adalah *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 15 orang. Instrumen penelitian ini menggunakan *the 32-item revised self-disclosure scale*. **Hasil penelitian** menunjukkan tingkat pengungkapan diri sebelum diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 10 orang (66,7%) dan setelah diberikan perlakuan terjadi peningkatan skor dengan hasil kategori sedang menjadi 14 orang (93,3%). Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dan diperoleh nilai $p = 0,001$, ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian terapi menulis ekspresif terhadap tingkat pengungkapan diri pada orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Kesehatan Bali tahun 2021. **Simpulan**, bahwa terapi menulis ekspresif dapat meningkatkan tingkat pengungkapan diri pada subyek penelitian.

Kata kunci : Menulis Ekspresif, Pengungkapan Diri, ODHA

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) pada Orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Kesehatan Bali Tahun 2021

Oleh: Ni Wayan Lita Perdani (P07120217017)

Human Immunodeficiency Virus (HIV) adalah sejenis virus yang menginfeksi sel darah putih yang menyebabkan turunnya kekebalan tubuh manusia sedangkan *Acquired Immune Deficiency Syndrome* (AIDS) adalah sekumpulan gejala yang timbul karena turunnya kekebalan tubuh yang disebabkan infeksi oleh HIV (Katodhia and Dewi, 2017). Kasus HIV/AIDS secara global diseluruh dunia sampai tahun 2019 terhitung sebanyak 38 juta orang (UNAIDS, 2020). Di Indonesia sendiri pada tahun 2019 jumlah kasus HIV dilaporkan sebanyak 50.282 kasus dan jumlah kasus AIDS dilaporkan sebanyak 7.036 kasus.

Penyakit HIV/AIDS ini dapat menimbulkan banyak gangguan pada penderitanya, selain gangguan fisik HIV/AIDS juga dapat menyebabkan gangguan psikologis yang terjadi pada penderitanya, tidak sedikit orang dengan HIV/AIDS lebih memilih untuk menutup diri dan tidak terbuka kepada masyarakat, hal ini disebabkan karena adanya stigma yang tersebar dimasyarakat yang cenderung bernilai negatif dan adanya diskriminasi pada orang dengan HIV/AIDS (Kristianus and Santosa, 2018).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat pengungkapan diri sebelum dan sesudah diberikan terapi menulis ekspresif serta untuk mengetahui pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap pengungkapan diri (*self disclosure*) pada orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Kesehatan Bali tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu rancangan penelitian *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pre-test-post-test design*, dalam rancangan ini peneliti melakukan observasi/pengukuran terhadap kelompok sampel penelitian sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi/diukur kembali setelah diberikan intervensi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Jumlah subyek penelitian sebanyak 15 subyek penelitian. Instrumen penelitian menggunakan *the 32-item*

revised self disclosure scale. Uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk*, karena sebaran data tidak berdistribusi normal maka digunakan uji hipotesis non parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi menulis ekspresif sebagian besar orang dengan HIV/AIDS mempunyai tingkat pengungkapan diri sedang sebanyak 10 orang (66,7%). Setelah diberikan terapi menulis ekspresif terdapat peningkatan skor pengungkapan diri dengan kategori sedang sebanyak 14 orang (93,3%). Hasil uji nonparametrik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai $p = 0,001$ lebih kecil dari $p = 0,05$ dapat diartikan ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian terapi menulis ekspresif terhadap tingkat pengungkapan diri pada orang dengan HIV/ADS di Yayasan Kesehatan Bali tahun 2021, bahwa terapi menulis ekspresif dapat meningkatkan tingkat pengungkapan diri pada subyek penelitian. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian menggunakan kelompok kontrol sehingga dapat mengontrol tingkat pengungkapan diri pada subyek penelitian yang diberikan perlakuan dengan yang tidak diberikan perlakuan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif terhadap Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) pada Orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Kesehatan Bali Tahun 2021”** dengan tepat waktu dan sesuai harapan.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH, Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh program pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep. Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan, masukan, pengetahuan.
3. N.L.K Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An, Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. I Wayan Candra, S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Si., pembimbing utama yang telah mengarahkan, memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.

5. I Gusti Ayu Harini, SKM.M.Kes., pembimbing pendamping yang telah mengarahkan, memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. I Made Adi Mantara, SH., ketua Yayasan Kesehatan Bali beserta seluruh staf Yayasan Kesehatan Bali, yang telah berkenan memberikan izin dalam melaksanakan studi pendahuluan dan membantu selama proses penelitian.
7. I Nyoman Sukerta serta Ni Putu Pariani selaku orang tua peneliti serta I Made Indra Pranata Putra dan Ni Nyoman Kirana Adonia selaku adik kandung peneliti yang telah memberikan dorongan moral maupun material selama menyusun Skripsi ini.
8. Sahabat dan teman peneliti yang telah memberikan masukan dan dukungan kepada peneliti.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini.

Gianyar, 24 Mei 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan umum	5
2. Tujuan khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat teoritis	6
2. Manfaat praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>Human Immunodeficiency Virus (HIV) / Acquired Immune Deficiency Syndrome (AIDS)</i>	8
1. Definisi HIV/AIDS	8
2. Perjalanan penyakit	9
3. Cara penularan	10
4. Masalah yang dialami orang dengan HIV/AIDS	11
B. Pengungkapan Diri (<i>Self Disclosure</i>)	14

1.	Pengertian pengungkapan diri	14
2.	Manfaat pengungkapan diri	15
3.	Aspek-aspek pengungkapan diri	18
4.	Dimensi pengungkapan diri	19
5.	Faktor-faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri	20
6.	Alat ukur pengungkapan diri	22
C.	Terapi Menulis Ekspresif	22
1.	Pengertian terapi menulis ekspresif	22
2.	Tujuan terapi menulis ekspresif	23
3.	Manfaat terapi menulis ekspresif	24
4.	Tahapan terapi menulis ekspresif	24
5.	Pelaksanaan terapi menulis ekspresif	26
D.	Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pengungkapan Diri Orang dengan HIV/AIDS	28
BAB III KERANGKA KONSEP		
A.	Kerangka Konsep	29
B.	Variabel dan Definisi Operasional Variabel	29
1.	Variabel penelitian	29
2.	Definisi operasional variabel	30
C.	Hipotesis	32
BAB IV METODE PENELITIAN		
A.	Jenis Penelitian	33
B.	Alur Penelitian	34
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	35
D.	Populasi dan Sampel	35
1.	Populasi penelitian	35
2.	Sampel penelitian	35
3.	Jumlah dan besar sampel	36
4.	Teknik sampling	37
E.	Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	38
1.	Jenis data yang dikumpulkan	38
2.	Cara pengumpulan data	38

3.	Instrumen pengumpulan data.....	40
F.	Pengolahan dan Analisis Data	41
1.	Teknik pengolahan data	41
2.	Analisis data	43
G.	Etika Penelitian	44
1.	<i>Informed consent</i> atau persetujuan setelah penjelasan.....	44
2.	<i>Autonomy</i>	45
3.	<i>Confidentiality</i> /kerahasiaan	45
4.	<i>Justice</i> /keadilan.....	46
5.	<i>Beneficence</i> atau manfaat	46
6.	<i>Non maleficence</i> atau tidak membahayakan.....	46
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
A.	Hasil.....	47
1.	Kondisi lokasi penelitian.....	47
2.	Karakteristik subyek penelitian	48
3.	Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian	50
4.	Hasil analisis data	51
B.	Pembahasan	55
1.	Tingkat pengungkapan diri pada orang dengan HIV/AIDS sebelum diberikan terapi menulis ekspresif	55
2.	Tingkat pengungkapan diri pada orang dengan HIV/AIDS sesudah diberikan terapi menulis ekspresif	57
3.	Tingkat pengungkapan diri berdasarkan usia	58
4.	Tingkat pengungkapan diri berdasarkan jenis kelamin.....	59
5.	Tingkat pengungkapan diri berdasarkan status pernikahan	60
6.	Pengaruh pemberian terapi menulis ekspresif terhadap pengungkapan diri pada orang dengan HIV/AIDS	61
C.	Kelemahan Penelitian	62
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN		
A.	Simpulan.....	64
B.	Saran.....	65

1. Manajemen Yayasan Kesehatan Bali.....	65
2. Bagi peneliti selanjutnya	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Definisi Operasional Variabel..... 31
Tabel 2	Distribusi Frekuensi Umur Subyek Penelitian 48
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subyek Penelitian..... 49
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Status Pernikahan Subyek..... 49
Tabel 5	Skor Pengungkapan Diri pada Subyek Penelitian ODHA di Yayasan Kesehatan Bali Tahun 2021..... 50
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengungkapan Diri Subyek Penelitian ODHA Sebelum diberikan perlakuan 51
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengungkapan Diri Subyek Penelitian ODHA Sesudah diberikan perlakuan..... 52
Tabel 8	Hasil Analisis Tingkat Pengungkapan diri berdasarkan Umur responden..... 52
Tabel 9	Hasil Analisis Tingkat Pengungkapan diri berdasarkan Jenis kelamin responden..... 53
Tabel 10	Hasil Analisis Tingkat Pengungkapan diri berdasarkan Status pernikahan responden..... 53
Tabel 11	Hasil Uji Normalitas Data Pengungkapan Diri pada subyek penelitian ODHA..... 54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pengungkapan Diri pada Orang dengan HIV/AIDS.....	29
Gambar 2 Rancangan Penelitian Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pengungkapan Diri pada Orang dengan HIV/AIDS.....	33
Gambar 3 Alur Penelitian Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pengungkapan Diri pada Orang dengan HIV/AIDS.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian.....	71
Lampiran 2	Realisasi Penggunaan Biaya Penelitian.....	72
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden	73
Lampiran 4	Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>).....	74
Lampiran 5	Instrumen Pengumpulan Data.....	78
Lampiran 6	Prosedur Terapi Menulis Ekspresif.....	82
Lampiran 7	Master Tabel	85
Lampiran 8	Hasil Uji Statistik Data.....	86
Lampiran 9	Surat Izin Penelitian	93