

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP
TINGKAT *STATE ANXIETY* PADA MAHASISWA
KEPERAWATAN SELAMA MENJALANI PRAKTIK KLINIK**



**SUCI RAMADHANI
P07120218043**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP
TINGKAT *STATE ANXIETY* PADA MAHASISWA
KEPERAWATAN SELAMA MENJALANI PRAKTIK KLINIK**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Keperawatan



**SUCI RAMADHANI
P07120218043**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif Terhadap Tingkat *State Anxiety* Pada Mahasiswa Keperawatan Selama Menjalani Praktik Klinik”


Disusun oleh:
Suci Ramadhani
NIM. P07120218043

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

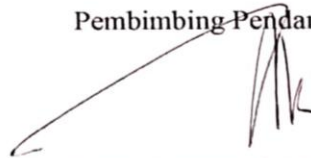
17 Mei 2022

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


DR. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M.Si
NIP.196507201989032001

Pembimbing Pendamping,


Ns. Nurun Laasara, S.Kep., M.Kep
NIP. 196702091990032001

Yogyakarta, Mei 2022
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan, Palesiti, M.Kep., Sp.Kom
NIP.197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

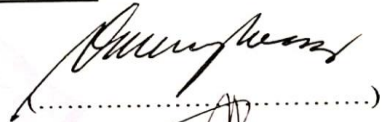
“Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif Terhadap Tingkat *State Anxiety* Pada Mahasiswa Keperawatan Selama Menjalani Praktik Klinik”

Disusun Oleh:
Suci Ramadhani
NIM.P07120218043

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 17 Mei 2022

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
DR. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M.Si
NIP.196507201989032001


(.....)

Anggota,
Ns. Nurun Laasara, S.Kep., M.Kep
NIP.196702091990032001


(.....)

Anggota,
Ns. Furaida Khasanah, S.Kep., M.Kep
NIP.198702202018012001


(.....)

Yogyakarta, Mei 2022
Ketua Jurusan Keperawatan



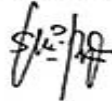
Bondan Palesan, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP.197207161994031005



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Suci Ramadhani
NIM : P07120218043
Tanda Tangan :



Tanggal : 17 Mei 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suci Ramadhani
NIM : P07120218043
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :

“Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif Terhadap Tingkat *State Anxiety* Pada Mahasiswa Keperawatan Selama Menjalani Praktik Klinik”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 17 Mei 2022

Yang menyatakan



(Suci Ramadhani)

NIM. P07120218043

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Keperawatan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Ns. Maryana, S.Si.T., S.Psi., S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Progam Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. DR. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M.Si, selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini
5. Ns. Nurun Laasara, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan Skripsi ini
6. Wigati, SST selaku perawat dari RSJ Ghrasia Yogyakarta sebagai enumerator yang telah memberikan serangkaian terapi perilaku kognitif dalam penelitian
7. Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi semester 4 kelas A dan B tahun ajaran 2021/2022 selaku subyek penelitian
8. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan material dan moral
9. Segenap rekan-rekan kelas Sarjana Terapan Keperawatan angkatan 2018, Sahabat Kos Kesultanan Dwi Widodo, Kak Aga Rahma Putri, dan Liberto Afer atas semangat dan dukungannya.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, Mei 2022
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Teori.....	11
1. Kecemasan	
a. Definisi Kecemasan	11
b. Definisi <i>State Anxiety</i>	12
c. Faktor Risiko yang Dapat Menimbulkan Kecemasan.....	12
d. Faktor yang Memengaruhi Munculnya Kecemasan	14
e. Tingkat Kecemasan.....	18
f. Aspek-Aspek Kecemasan.....	20
g. Jenis-Jenis Kecemasan	22
h. Rentang Respons Kecemasan	23
i. Alat Ukur Kecemasan	24
j. Penatalaksanaan Kecemasan.....	27
2. Terapi Perilaku Kognitif	
a. Definisi Terapi Perilaku Kognitif.....	31
b. Konsep Dasar Terapi Perilaku Kognitif.....	31
c. Karakteristik Terapi Perilaku Kognitif.....	34
d. Tujuan Terapi Perilaku Kognitif	37
e. Tahap-Tahap Terapi Perilaku Kognitif	38
f. Kelebihan dan Kelemahan Terapi Perilaku Kognitif	40
3. Praktik Klinik	
a. Definisi Praktik Klinik	42
b. Masalah yang Ditemui Mahasiswa Selama Praktik Klinik	42
c. Faktor yang Memengaruhi Keberhasilan Praktik Klinik	42
B. Kerangka Teori.....	44
C. Kerangka Konsep.....	45

D. Hipotesa.....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	46
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	46
B. Populasi dan Sampel	47
C. Waktu dan Tempat Penelitian	50
D. Variabel Penelitian	50
E. Definisi Operasional.....	52
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	53
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	53
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	56
I. Prosedur Penelitian.....	56
J. Pengolahan dan Analisa Data.....	61
K. Etika Penelitian	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	66
A. Hasil	66
B. Pembahasan.....	75
C. Keterbatasan Penelitian.....	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	101

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang respon kecemasan	23
Gambar 2.2 Kerangka teori	44
Gambar 2.3 Kerangka konsep	45
Gambar 4.1 Peta Wilayah Poltekkes Kemenkes Yogyakarta	67

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penentuan jumlah sesi	40
Tabel 3.1 Rancangan penelitian	47
Tabel 3.2 Definisi operasional	52
Tabel 3.3 Karakteristik responden	54
Tabel 3.4 <i>State Anxiety Inventoyr</i> (SAI)	54
Tabel 3.5 Kisi-kisi alat ukur kecemasan <i>State Anxiety Inventory</i>	55
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Tingkat <i>State Anxiety</i> Mahasiswa Keperawatan selama Menjalani Praktik Klinik (n=54)	68
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat <i>State Anxiety</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Perilaku Kognitif pada Kelompok Intervensi	70
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat <i>State Anxiety</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan pada Kelompok Kontrol	71
Tabel 4.4 Uji Normalitas Data	72
Tabel 4.5 Uji <i>Wilcoxon</i> pada Kelompok Intervensi (n=27)	73
Tabel 4.6 Uji <i>Wilcoxon</i> pada Kelompok Kontrol (n=27)	74
Tabel 4.7 Uji <i>Mann Whitney</i>	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Persetujuan untuk mengikuti penelitian (PSP)	102
Lampiran 2. Permohonan menjadi responden.....	104
Lampiran 3. Surat persetujuan responden (<i>informed consents</i>)	105
Lampiran 4. Identitas responden	106
Lampiran 5. Daftar pernyataan <i>pre/post test</i> tingkat <i>state anxiety</i> kelompok intervensi	107
Lampiran 6. Daftar pernyataan <i>pre/post test</i> tingkat <i>state anxiety</i> kelompok kontrol	108
Lampiran 7. Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Perilaku Kognitif (<i>online setting</i>)	111
Lampiran 8. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)	115
Lampiran 9. Desain Kuesioner <i>Online</i> dengan <i>Google Formulir</i>	121
Lampiran 10. Desain <i>Power Point</i> (PPT) Penyuluhan.....	124
Lampiran 11. Anggaran Penelitian	125
Lampiran 12. Jadwal Penelitian	126
Lampiran 13. Foto Kegiatan	127
Lampiran 14. Surat Keterangan Layak Etik.....	129
Lampiran 15. Surat Izin Penelitian.....	130
Lampiran 16. Surat Permohonan Kesiediaan Uji <i>Expert Judgement</i> Instrumen Penelitian	131
Lampiran 17. Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal Skripsi.....	132
Lampiran 18. Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi.....	136
Lampiran 19. Kartu Bukti Mengikuti Ujian Proposal Skripsi	138