

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian Studi Kasus

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN STUDI KASUS

Judul Penelitian Penerapan Terapi Menulis Ekpresif Untuk Menurunkan Kecemasan Terhadap Korban *Bullying* Pada Remaja Di SMP YZA Kota Bogor tahun 2024

Peneliti Anatasya Febriani

NIM P17320321004

No. HP/WhatsApp 089671391694

Saya mahasiswa Program Diploma III Politeknik Kesehatan Bandung Program Studi Keperawatan Bogor, bermaksud mengadakan penelitian untuk mengetahui PENERAPAN Terapi Menulis Ekpresif Untuk Menurunkan Kecemasan Terhadap Korban *Bullying* Pada Remaja Di SMP YZA Kota Bogor tahun 2024. Saudara/i yang berpartisipasi dalam penelitian ini, akan menjadi responden untuk pengumpulan data. Peneliti memberikan kuesioner *Bullying* Tes, setelah mendapat subjek sesuai kriteria, peneliti akan melakukan skrining dengan kuesioner HARS untuk mengukur tingkat kecemasan. Setelah itu, peneliti akan memberikan terapi Menulis Ekpresif. Adapun data-data yang akan peneliti gali yaitu : identitas responden, hasil dari kuesioner.

Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan berdampak negatif bagi siapapun. Bila sebelum berpartisipasi dalam penelitian ini, saudara/i merasakan ketidaknyamanan maka saudara/i mempunyai hak untuk berhenti sebagai responden. Kerahasiaan dari data yang diperoleh, baik dalam proses pengumpulan, pengelolaan, maupun penyajian penelitian. Peneliti juga menghargai keinginan responden untuk tidak berpartisipasi dalam penelitian ini.

Adapun penelitian ini akan dimanfaatkan sebagai informasi bagi Instansi Kesehatan peneliti maupun responden. Melalui penjelasan ini, peneliti sangat mengharapkan partisipasi saudara. Peneliti mengucapkan terima kasih atas kesediaan saudara berpartisipasi dalam penelitian ini.

Bogor, 1 April 2024

Peneliti

Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM DIPLOMA TIGA

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Setelah diberi penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan dari penelitian ini untuk diketahuinya PENERAPAN Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menurunkan Kecemasan Terhadap Korban *Bullying* Pada Remaja Di SMP YZA Kota Bogor tahun 2024.

Dengan ini, saya yang bertanda tangan bahwa ini:

Nama :
Umur :
Kelas :
No WA :

Menyatakan Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian . PENERAPAN Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menurunkan Kecemasan Terhadap Korban *Bullying* Pada Remaja Di SMP YZA Kota Bogor tahun 2024.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar- benarnya tanpada ada paksaan dari pihak manapun.

Bogor, ... April 2024

Responden
(.....)

Peneliti
(Anatasya Febriani)

Lampiran 3. Lembar Kuesioner A

KUESIONER KORBAN *BULLYING* OLWEUS PADA REMAJA DI SMP YZA

KOTA BOGOR

KUISONER A

Kuesioner ini diisi berdasarkan pengalaman yang dialami di lingkungan sekolah, baik dilakukan oleh teman, guru, maupun staff sekolah yang lainnya. Kuesioner diisi pada kolom yang paling sesuai dengan keadaan menggunakan tanda centang (✓).

SS : Sangat Sering
 S :Serng
 KK :Kadang -kadang
 TP :Tidak Pernah

A. Identitas Responden Nama ibu/ayah/wali :
 Umur ibu/ayah/wali :
 tahun
 Nama anak :
 Jenis Kelamin : L / P
 Alamat :
 Pekerjaan ibu/ayah/wali

:
 PNS
 TNI/POLRI
 Petani
 Pedagang
 Wiraswasta
 Tidak bekerja
 Lain-lain :
 Pendidikan terakhir ibu/ayah/wali

:
 Tidak Sekolah
 SD sederajat
 SMP sederajat
 SMA sederajat
 Perguruan Tinggi

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1.	Aku pernah dipermalukan didepan umum (misalnya : didepan teman yang lain)				
2.	Aku dipanggil dengan nama julukan yang tidak aku senangi				
3.	Aku pernah digosipkan tentang sesuatu yang buruk				
4.	Aku ditolak masuk ke dalam kelompok mereka				
5.	Aku pernah diejek (misalnya: diejek tentang keluargaku, penampilanku)				
6.	Aku pernah dipukul				
7.	Aku pernah dimintai uang secara paksa (dipalak)				
8.	Aku diancam/dipaksa melakukan hal yang tidak ingin aku lakukan (misalnya: membuat PR, dipaksa memberikan contekan)				
9.	Aku pernah dikucilkan				
10.	Aku dikomentari tentang ras (suku)/ warna kulitku				
11.	Aku pernah dibentak				
12.	Aku pernah dipandang sinis oleh teman-temanku				
13.	Kalau aku salah dalam menjawab pertanyaan guru maka teman-teman menyorakiku				
14.	Aku pernah didiamkan temanku				
15.	Aku pernah didorong tanpa alasan yang jelas				
16.	Teman-teman menggodaku untuk membuat aku marah				

17.	Aku pernah ditendang sehingga aku merasa kesakitan				
18.	Aku diganggu melalui SMS/ Facebook yang berisi ancaman, ejekan sehingga aku menjadi takut dan malu				
19.	Aku pernah diminta mentraktir teman-temanku dengan paksa				
20.	Aku pernah diolok-olok (misalnya: diolok tentang fisikku, dll)				
21.	Barang milikku diambil dan dirusak dengan paksa				
22.	Aku pernah dicubit				

Lampiran 4. Lembar Kuesioner B

KUISONER B Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)

=====

Nama peserta didik : Nomor absen: Umur
peserta didik : Jenis kelamin : Tanggal
pemeriksaan : Skor 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Total skor: kurang dari 14 = tidak mengalami kecemasan 14 – 20 = kecemasan

ringan

21 – 27

= kecemasan sedang

28 – 41

= kecemasan berat

42 – 56

= kecemasan sangat berat

Berilah tanda checklist (v) pada kolom skor sesuai dengan jawaban yang anda berikan!

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (cemas):					
	a. Cemas					
	b. Firasat buruk					
	c. Takut akan pikiran sendiri					
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan:					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	a. Merasa tegang					
	b. Lesu					
	c. Tak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gemetar					
	g. Gelisah					
3.	Ketakutan:					
	a. Takut pada gelap					
	b. Takut pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri					
	d. Takut pada binatang besar					
	e. Takut pada keramaian lalu lintas					
	f. Takut pada kerumunan banyak orang					
4.	Gangguan tidur:					
	a. Sulit tidur					
	b. Terbangun malam hari					
	c. Tidur tidak nyenyak					
	d. Bangun dengan lesu					
	e. Banyak mengalami mimpi-mimpi					
	f. Mimpi buruk					
	g. Mimpi menakutkan					
5.	Gangguan kecerdasan:					
	a. Sulit konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan depresi:					
	a. Hilangnya minat					
	b. Berkurangnya kesenangan pada hobi					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	c. Sedih					
	d. Bangun dini hari					
	e. Perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
7.	Gejala somatic (otot):					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Kedutan otot					
	d. Gigi gemerutuk					
	e. Suar tidak stabil					
8.	Gejala somatic (sensorik):					
	a. Tinnitus					
	b. Penglihatan kabur					
	c. Muka merah atau pucat					
	d. Merasa lemah					
	e. Perasaan ditusuk-tusuk					
9.	Gejala kardiovaskular:					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi mengeras					
	e. Perasaan lesu/lemas seperti akan pingsan					
	f. Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Merasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Perasaan tercekik					
	c. Sering menarik napas					
	d. Napas pendek atau sesak					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
11.	Gejala Pencernaan					
	a. Sulit menelan					
	b. Perut meilit					
	c. Ganguan pencernaan					
	d. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	e. Perasaan terbakar diperut					
	f. Rasa penuh dan kembung					
	g. Mual					
	h. Muntah					
	i. Buang air besar lembek					
	j. Kehilangan berat badan					
k. Sukar buang air besar						
12.	Gejala urogenital:					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
	c. Amenorrhoea (tidak menstruasi pada perempuan)					
	d. Menorrhagia (keluar darah banyak ketika menstruasi pada perempuan)					
	e. Menjadi dingin (frigid)					
	f. Ejakulasi praecoeks					
	g. Ereksi hilang					
h. Impotensi						
13.	Gejala otonom:					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing, sakit kepala					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	e. Bulu-bulu berdiri					
14.	Tingkah laku pada wawancara:					
	a. Gelisah					
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Napas pendek dan cepat					
	h. Muka merah					
Total						
Grand total						

Lampiran 5. SOP Terapi Menulis Ekspresif

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PENERAPAN TERAPI MENULIS EKSPRESIF UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN TERHADAP KORBAN <i>BULLYING</i> PADA REMAJA DI SMP YZA	
1. Pengertian	Menurut Khusana (2016) terapi menulis ekspresif dalam pengungkapan diri (Self Disclosure) untuk mengatasi kecemasan dapat di terapkan sebagai prosedur dalam kegiatan bimbingan maupun konseling di lingkungan terbuka maupun tertutup dan dapat dilakukan secara individu atau kelompok adalah sebagai berikut:
2. Tujuan	<p>Untuk meningkatkan pemahaman yang lebih baik untuk diri sendiri maupun orang lain mengenai gambaran diri yang di tuangkan dalam tulisan.</p> <p>Membuat individu lebih ekspresif, meningkatkan harga diri, dan kreatifitas.</p> <p>Untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi.</p>

		<p>Membantu individu untuk mengekspresikan emosi yang berlebihan sehingga menurunkan tekanan dalam diri.</p> <p>Meningkatkan kemampuan individu dalam beradaptasi untuk menghadapi masalah.</p>
3.	Persiapan Alat	<p>Alat Tulis Kertas HVS/Polio bergaris</p>
4.	Prosedur Pelaksanaan	<p>Menjelaskan definisi dan pendekatan dalam terapi menulis expressive kepada responden</p> <p>Melakukan kontrak waktu dengan responden</p> <p>Meminta kesediaan responden untuk melakukan Terapi menulis ekspresive</p> <p>Sesi 1 : Recognition/ Initial writing. Tahap ini bertujuan untuk memfokuskan pikiran, merelaksasi, dan membantu klien berkonsentrasi sehingga klien mampu fokus pada hal yang akan ia ekspresikan.</p> <p>Pada tahap ini klien diberikan peluang untuk menulis secara bebas tanpa arahan dan</p>

	<p>perencanaan.</p> <p>Sesi 2 : Examination/ Writing exercise.</p> <p>Tahap ini bertujuan untuk mengetahui reaksi klien terhadap situasi tertentu secara mendalam. Misalnya pada studi kasus ini berfokus pada situasi klien dalam menentukan karir setelah lulus sekolah. Pada tahap ini penulisan klien sudah terarah.</p> <p>Sesi 3 : Juxtaposition/ Feedback. Pada tahap ini klien akan diarahkan untuk mendapatkan persepsi baru mengenai permasalahannya, sehingga klien mampu memberikan gagasan baru terhadap sikap, perilaku, penilaian, serta pemahaman tentang dirinya. Hal yang paling utama pada tahap ini yaitu klien diarahkan untuk membaca ulang hasil tulisan yang ia tulis, sehingga kita dapat melihat perasaan klien.</p> <p>Sesi 4 : Application of the self. Merupakan tahap terakhir dalam expressive writing, pada tahap ini klien diarahkan untuk mengaplikasikan pengetahuan barunya dalam kehidupan. Tugas terapis saat ini yaitu</p>
--	---

		<p>mendukung klien dalam menerapkan hasil terapi dengan cara membantu klien merenungkan kembali apa saja yang perlu diperbaiki, diubah, dan perlu dipertahankan pada diri klien.</p>
--	--	--

Lampiran 6. Dokumentasi

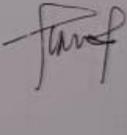
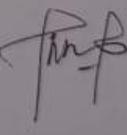
DOKUMENTASI IMPLEMENTASI





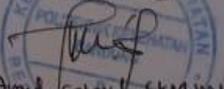
Lampiran 7. Lembar Bimbingan KTI

FM-1-7.5.1-132-02-20-1-49-V1

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG			
FORMULIR BIMBINGAN KTI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR				
NAMA MAHASISWA NIM NAMA PEMBIMBING JUDUL KTI TAHUN AKADEMIK	Analisa.....Fabriva..... P173071004 Amel Salmid SEM.Mkn EFEKTIVITAS TERAPI MENULIS RESPTANSI UNTUK MENURUNKAN KECAMPAHAN TERHADAP KORBAN BULLYING PADA REMAJA DISAMP. YZA 2024			
CATATAN PROSES BIMBINGAN				
NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1	7/2/2024 Semn.	Menentukan judul kti dan pemilihan judul.	Baca jurnal - jurnal terkait judul yang mudiambil.	
2	25/01 2024 Selasa.	final judul dan abs lanjut bab 1	Mencari jurnal pendukung mengenai judul yang diambil.	
3	30/01 2024.	konsultasi pengusuln bab 1	melengkapi pendahuluan dan menambah jurnal penduan.	

Bogor, 25 Maret 2024

Pembimbing



Amel Salmid SEM.Mkn.
NIP. 19.09.1971.03.1002

FM-1.7.5.1-132-02-20-1-49-V1



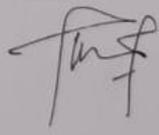
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG

FORMULIR BIMBINGAN KTI
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR



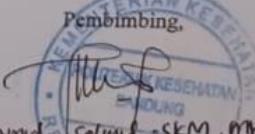
NAMA MAHASISWA : Anandya Febrina
 NIM : 17520321004
 NAMA PEMBIMBING : Aand Solmid SKM. MCM
 JUDUL KTI : EFEKTIVITAS TERAPI MENULIS EKSPRESIF UNTUK
 MENURUNKAN KECEMARAAN TERHADAP KORBAN
 BULLYING PADA RENTAN DISMIP YZA
 TAHUN AKADEMIK : 2024

CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
4	7/02 2024 Rabu lewat	konsultasi bimbingan bab 1	1. Merevisi bab 1 Pendahuluan, tujuan dan manfaat. 2. Menambah jurnal penelitian tentang judul yg diambil.	
5	12/03 2024 Selasa	konsultasi bimbingan bab 1	1. Merevisi bab 1 Pendahuluan, tujuan dan manfaat. 2.	
	13/03 2024 Rabu	Revisi Bab 1 dan lanjut bab 2	- acc bab 1 - melanjut pengerjaan bab 2	

Bogor, 25 Maret 2024

Pembimbing,


 (Aand Solmid - SKM. MCM)
 NIP.196603271190031002

FM-1-7.5.1-132-02-20-1-49-V1



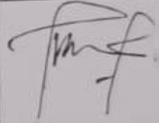
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG

FORMULIR BIMBINGAN KTI
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR



NAMA MAHASISWA : Andriyati Felman
 NIM : PI7320321009
 NAMA PEMBIMBING : Amid Salmid Sism Mkm
 JUDUL KTI : Efektifitas Terapi Minum Esis FRESIF Untuk
MENURUNKAN KECEMASAN TERHADAP KORBAN
BULLYING PADA REMAJA DI SMP YZA
 TAHUN AKADEMIK : 2024

CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1	20/03 2024 Rabu	Konsultasi Bab 2	- Revisi penomoran - revisi Spasi - r	
2	21/03 2024 Kamis	Konsultasi bab 1-3	- bab 2 & bab 3 konsul - acc bab 2 - Revisi bab 3 definisi operasional	
3	22/03 2024 Jumat	Konsultasi bab 1-3	- konsultasi keisioran - konsultasi bab 3 - konsultasi - ACC bab 1 sampai bab 3	

Bogor, 25 Maret 2024


Amid Salmid Sism Mkm
 NIP. 196902271990031002

PM-1-7.5.1-137-02-20-149-V

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG	
FORMULIR BIMBINGAN KTI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BO 30R		

NAMA MAHASISWA : Anasya Febriani
 NIM : 217320321004
 NAMA PEMBIMBING : Pak Anind Salmid, S.KM, M.KM
 JUDUL KTI : EFEKTIVITAS TERAPI MENJULIS APRESIASI UNTUK MENURUNKAN KESEMIASAN TERHADAP KORBAN BULING PADA REMAJA DISMIP YZA
 TAHUN AKADEMIK : 2023/2024

CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
10.	20/05 24.	Bab IV dan Bab V	- kriteria inklusinya dilihat kembali. - dilihat abakata-kata yang kuning dan kata-kata kuning-	
11.	21/05 24.	Bab IV dan bab V	- lihat kembali Spusi daftar pustaka. - longrupi KTI bal 1, 2, 3, 4, dan 5.	
12.	22/05 24.	mengirim kesimpulan KTI	Acc siap diujikan.	

Bogor, 22 Maret 2024.

Anind Salmid, S.KM, M.KM
 NIP. 1964.03.27.1990.031002



Memory





TENTANG SAYA

Saya adalah seorang lulusan Diploma III keperawatan poltekkes kemenkes bandung. Bertugas untuk menangani pasien berbagai kondisi medis. Memiliki keahlian membuat laporan asuhan keperawatan secara koperhensif.

RIWAYAT PENDIDIKAN

- * SD Negeri Pucung 1
- * SMP Negeri 1 Kotabaru
- * SMA Negeri 3 Cikampek
- * Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Bandung

* Program Studi Diploma III Keperawatan (Kampus Bogor)

KONTAK SAYA

-  0896-7139-1694
-  AnatasyaFebFeb@gmail.com



Anatasya Febriani

PERAWAT

PENGALAMAN MAGANG

- * Rumah Sakit Salak
- * Rumah Sakit Palang Merah Indonesia
- * Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bogor
- * Rumah Sakit Umum Daerah Cibinong
- * Rumah Sakit Pusat Otak Nasional
- * Rumah Sakit Pusat Kanker Dharmais
- * Rumah Sakit Jiwa Nasional dr. Marzoeki Mahdi
- * Panti Werdha Sasana Tresna Werdha
- * Puskesmas Bogor tengah & Tanah Sareal

KEMAMPUAN SAYA

- * Sertifikasi bidang keperawatan BTCLS
- * Mudah memecahkan masalah
- * Bisa bekerja dengan tim
- * Komunikasi yang baik