

**PENGARUH TERAPI *GUIDED IMAGERY* DAN
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN REMAJA KORBAN *BULLYING*
DI SMP NEGERI 3 PENGASIH**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

ERLITA PUTRIANA

202201036

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI
PENGARUH TERAPI *GUIDED IMAGERY* DAN AROMATERAPI
LAVENDER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN REMAJA KORBAN
***BULLYING* DI SMP NEGERI 3 PENGASIH**

Diajukan oleh:

ERLITA PUTRIANA
NPM : 202201036

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan
di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: *8 Agustus 2024*

Mengesahkan:

Penguji,

Pembimbing,


Rizqi Wahyu Hidayati, M.Kep
NIDN : 05-2909-8904


Retno Sumiyarini, M.Med.Ed
NIDN : 05-1708-8302

Ketua Prodi Keperawatan (S-1)


Dewi Utari, MNS.
NPP : 2010-13-0033



PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Erlita Putriana

NPM : 202201036

Program Studi : Ilmu Keperawatan (S1)

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi *Guided Imagery* Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying* di SMP N 3 Pengasih.

Institusi : Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 31 Juli 2024



Erlita Putriana

PRAKARTA

Alhamdulillah segala Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia Nya, akhirnya penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi *Guided Imagery* dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Korban Bullying di SMP Negeri 3 Pengasih”.

Penulis menyadari bahwa kelancaran dan keberhasilan penyusunan proposal skripsi ini telah melibatkan banyak pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Ida Nursanti, MPH. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ibu Dewi Utari, MNS. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Retno Sumiyarini, M. Med.,Ed selaku Dosen Pembimbing yang telah memberi bimbingan serta mengarahkan dalam menulis proposal skripsi.
4. Ibu Rizqi Wahyu Hidayati, M.Kep selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan proposal skripsi.
5. Kepada Sekolah SMP Negeri 3 Pengasih yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian.
6. Kepada kedua orang tua dan adik yang tak henti-hetinya selalu mendoakan dan memotivasi untuk bersemangat dan tak mengenal putus asa.
7. Kepada teman-teman seperjuangan PSIK Angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan kepada penulis.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat serta kebaikan kepada semuanya, atas segala dan bantuan yang telah diberikan. Harapanya semoga proposal skripsi ini dapat berguna bagi semua pembacanya.

Yogyakarta, 1 April 2024

Penulis

Erlita Putriana

DAFTAR ISI

PRAKARTA	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Landasan Teoritis	7
1. Remaja	7
2. <i>Bullying</i>	10
3. Kecemasan	15
4. Terapi <i>Guided Imagery</i>	24
5. Aromaterapi	27
B. Kerangka Teori	31
C. Kerangka Konsep	32
D. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian	33
B. Lokasi dan Waktu Kegiatan	37
C. Populasi dan Sampel	37
D. Variabel	39
E. Definisi Operasional	40
F. Alat dan Metode Pengumpulan	41
G. Validitas dan Reliabilitas	43
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	44

I. Etika Penelitian	47
J. Rencana Pelaksanaan Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil Penelitian	51
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
2. Analisis Univariat.....	53
B. Pembahasan	57
C. Keterbatasan Penelitian	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	73
Lampiran 1. Lembar Informasi Menjadi Responden	74
Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden	75
Lampiran 3. Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	76
Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian.....	77
Lampiran 5. Kuesioner Riwayat <i>Bullying</i>	78
Lampiran 6. Kuesioner ZSAS.....	81
Lampiran 7. SOP Terapi <i>Guided Imagery</i>	83
Lampiran 8. SOP Aromaterapi Lavender.....	85
Lampiran 9. Lembar Persetujuan Judul	86
Lampiran 10. Studi Pendahuluan	87
Lampiran 11. Lembar Persetujuan Uji Proposal	88
Lampiran 12. Lembar Persetujuan Penelitian	89
Lampiran 13. Surat Bebas Etik	90
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian.....	91
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian.....	92
Lampiran 16. Hasil SPSS.....	94
Lampiran 17. Lembar Bimbingan Skripsi.....	99
Lampiran 18. Lembar Persetujuan Uji Skripsi.....	101
Lampiran 19. Lembar Jadwal Penelitian.....	102

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pre-test and post-test on group design.....	33
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	40
Tabel 3.3 Pertanyaan Tingkat Kecemasan	42
Tabel 3.4 Penilaian Intrumen ZSAS.....	42
Tabel 3.5 Pertanyaan Korban <i>Bullying</i>	43
Tabel 3.6 Penilaian Instrumen Korban <i>Bullying</i>	43
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Eksperimen dan Kontrol	53
Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Siswa-Siswi Sebelum Dilakukan Intervensi...	54
Tabel 4.3 Tingkat Kecemasan Siswa-Siswi Setelah Dilakukan Intervensi	54
Tabel 4.4 Hasil Uji Mc Nemar	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	31
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	32
Gambar 3.1 Diagram Alur Penelitian	34
Gambar 4.1 Maps Lokasi Penelitian	51

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informasi Menjadi Responden	74
Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden.....	75
Lampiran 3. Surat Persetujuan Menjadi Responden	76
Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian	77
Lampiran 5. Kuesioner Riwayat Bullying.....	78
Lampiran 6. Kuesioner ZSAS	81
Lampiran 7. SOP Terapi Guided Imagery.....	83
Lampiran 8. SOP Aromaterapi Lavender	85
Lampiran 9. Lembar Persetujuan Judul.....	86
Lampiran 10. Studi Pendahuluan	87
Lampiran 11. Lembar Persetujuan Uji Proposal	88
Lampiran 12. Lembar Persetujuan Penelitian	89
Lampiran 13. Surat Bebas Etik	90
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian.....	91
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian	92
Lampiran 16. Hasil SPSS	94
Lampiran 17. Lembar Bimbingan Skripsi.....	99
Lampiran 18. Lembar Persetujuan Uji Skripsi.....	101
Lampiran 19. Lembar Jadwal Penelitian.....	102