



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA REMAJA DENGAN
PENERAPAN *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DELLA APRILIA MADANI

2310721019

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2024**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA REMAJA DENGAN
PENERAPAN *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

DELLA APRILIA MADANI

2310721019

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Della Aprilia Madani
NRP : 2310721019
Tanggal : 7 Mei 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 7 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Della Aprilia Madani

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran"
Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Della Aprilia Madani

NRP : 2310721019

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Analisis Asuhan Keperawatan Pada Remaja Dengan Penerapan *Ekspressive Writing Therapy* Untuk Menurunkan Kecemasan" Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 7 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Della Aprilia Madani

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Della Aprilia Madani
NIM : 2310721019
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul KIA : Analisis Asuhan Keperawatan pada Remaja dengan Penerapan *Ekspressive Writing Therapy* untuk Menurunkan Kecemasan.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
Ketua Penguji



Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp. Kep. J.
Penguji II (Pembimbing)

Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 07 Mei 2024

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA REMAJA DENGAN PENERAPAN *EKSPRESSIVE WRITING THERAPY* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN

Della Aprilia Madani

Abstrak

Remaja dengan masalah kecemasan yang tidak diatasi akan berdampak hingga kondisi panik sampai depresi sehingga perlu diatasi permasalahan kecemasan salah satunya dengan menggunakan *ekspresive writing therapy*. *Ekspressive writing therapy* merupakan teknik sederhana untuk menuliskan perasaan terdalam tentang peristiwa emosional atau traumatis yang melekat dalam hidup. Tujuan: Penerapan asuhan keperawatan dengan terapi inovasi *ekspresive writing therapy* terhadap kecemasan. Metode: studi kasus dengan 5 sesi terapi dengan waktu 20-50 menit persesinya. Alat ukur: Klien dievaluasi menggunakan kusioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dengan 14 pertanyaan dengan total nilai 56. Hasil adanya perubahan bermakna pada tanda gejala kecemasan yaitu sebelum diberikan intervensi tanda gejala adalah sedang dan setelah diberikan intervensi tanda gejala klien menjadi ringan. Diharapkan remaja dapat menerapkan terapi ini secara mandiri untuk mengatasi kecemasan.

Kata Kunci: *ekspresive writing therapy*, kecemasan, remaja

ANALYSIS OF NURSING CARE IN ADOLESCENTS WITH THE APPLICATION OF EXPRESSIVE WRITING THERAPY TO REDUCE ANXIETY

Della Aprilia Madani

Abstract

Adolescents with anxiety problems that are not addressed will have an impact on panic conditions to depression so it is necessary to overcome anxiety problems, one of which is by using expressive writing therapy. Expressive writing therapy is a simple technique for writing down the deepest feelings about emotional or traumatic events that are inherent in life. Objective: Application of nursing care with expressive writing therapy innovation therapy against anxiety. Method: case study with 5 therapy sessions with 20-50 minutes per session. Measurement tool: The client was evaluated using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire with 14 questions with a total score of 56. The results of significant changes in anxiety symptoms, namely before the intervention the symptomatic signs were moderate and after the intervention the client's symptoms became mild. It is expected that adolescents can apply this therapy independently to overcome anxiety.

Keywords: adolescents, anxiety, ekspresive writing

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan karunia sehingga peneliti mampu menyelesaikan karya ilmiah akhir ners yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Remaja dengan Penerapan Ekspresive Writing Therapy Untuk Menurunkan Kecemasan” dengan baik sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Selama penyusunan karya ilmiah akhir ini penulis mendapatkan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati penulis sudah sepatutnya menyampaikan ucapan terimakasih kepada Ibu Desmawati, SKP, M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD. Selaku Dekan FIKES UPNVJ, Ns. Cut Sarida Pompey, M.N.S selaku kepala program studi Profesi Ners, Selain itu, penulis juga tidak lupa mengucapkan terima kasih pada Ibu Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan telah meluangkan waktunya selama bimbingan dalam penyusunan proposal dan tidak lupa terimakasih penulis sampaikan kepada Ibu Ns. Sang Ayu Made A, M. Kep.Sp.Kep.Kom dan Ibu Ns. Dwi Suratmini, S.Kep, M.Kep selaku dosen penguji.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua serta teman-teman penulis yang tiada hentinya selalu memberikan dukungan dan doa. Penulis sangat menyadari bahwa karya ilmiah akhir ners ini memiliki kekurangan. Maka dari itu penulis menerima segala masukan kritik dan saran. Demikianlah penulis ucapkan terimakasih.

Jakarta, 5 Mei 2024

Penulis



Della Aprilia Madani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penelitian	3
I.3 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
II.1 Konsep Dasar Remaja.....	5
II.2 Konsep Kecemasan.....	10
II.3 Konsep Asuhan Keperawatan.....	13
II.4 Konsep <i>Expressive Writing</i>	19
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	20
III.1 Kasus Kelolaan Utama.....	20
III.2 Kasus Kelolaan Resume	45
III.3 Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti.....	70
BAB IV PEMBAHASAN	72
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	72
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	79
IV.3. Implikasi	82
BAB V PENUTUP.....	83
V.1 Kesimpulan	83
V.2 Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	85
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Analisa Data Pasien Kelolaan Utama	27
Tabel 2	Rencana Keperawatan Pasien Kelolaan Utama	28
Tabel 3	Tindakan Keperawatan dan Catatan Perkembangan Pasien Kelolaan ..	32
Tabel 4	Tindakan Keperawatan dan Catatan Perkembangan Pasien Kelolaan (Intervensi Inovasi)	36
Tabel 5	Analisa Data Pasien Kelolaan Resume	52
Tabel 6	Rencana Keperawatan Pasien Kelolaan Resume	54
Tabel 7	Tindakan Keperawatan dan Catatan Perkembangan Pasien Kelolaan Resume	57
Tabel 8	Tindakan Keperawatan dan Catatan Perkembangan Pasien Kelolaan Resume (Intervensi Inovasi)	61
Tabel 9	Hasil Kuesioner Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kelolaan dan Pasien Resume	80

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Genogram Keluarga Nn. N.....	22
Bagan 2	Genogram Keluarga Nn. T.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kartu Monitor Bimbingan
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Judul KIA
Lampiran 3	Kuesioner HARS
Lampiran 4	SOP <i>Ekspressive Writing</i>
Lampiran 5	Buku Kerja
Lampiran 6	Luaran Produk Booklet
Lampiran 7	Hasil Turnitin Booklet
Lampiran 8	Sertifikat HKI Booklet
Lampiran 9	Hasil Uji Turnitin Kian
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Dokumentasi Pasien Kelolaan dan Resume