

## ABSTRAK

### PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY* DENGAN PENDEKATAN STRESS ADAPTASI STUART MODEL TERHADAP KOPING DAN PTSD PADA REMAJA PASCA GEMPA

**Oleh: Supia Ningsih Juita Sari**

**Pendahuluan :** Pengalaman traumatis pasca gempa akan dirasakan oleh setiap individu terutama pada remaja kejadian tersebut memiliki dampak pada status psikologis, kognisi, perhatian, keterampilan sosial, kepribadian, dan harga diri akibat dari koping yang buruk. Koping menjadi faktor penstabil yang dapat membantu individu mempertahankan adaptasi selama beberapa peristiwa yang menegangkan akibat bencana alam yang terjadi. Pengaruh *cognitive behaviour therapy* dengan pendekatan stress adaptasi stuart model terhadap koping dan *post traumatic stress disorder* (PTSD) Pada Remaja Pasca Gempa. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian mix-method, tahap pertama menggunakan systematic review dan tahap kedua dengan pendekatan deskriptif. Systematic review mengakses Scopus Sciencedirect, PubMed, Ebsco dan Proquest. Pencarian melalui Scopus, Sciendirect, PubMed, Ebscho dan Proquest dilakukan menggunakan advanced search dengan kata kunci *cognitive behavior therapy, coping mechanisms, PTSD* dan *disaster*. Pencarian dibatasi pada tahun 2015-2020, full text, dan harus yang berbahasa inggris. Setelah dilakukan *search* ditemukan 329 pada Scopus, 352 artikel pada sciendirect, 135 artikel pada PubMed, 215 artikel pada ebscho dan 141 pada Proquest. Populasi penelitian pada tahap kedua adalah siswa sekolah menengah atas. Sampel yang digunakan sebanyak 217 siswa yang direkrut dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini instrumen koping dan PTSD. Analisis untuk mengetahui tingkat koping dan PTSD pada siswa menggunakan aplikasi SPSS 21. **Hasil:** Hasil systematic review 25 jurnal penelitian bahwa *cognitive behavior therapy* sangat signifikan dalam menurunkan gejala PTSD dengan meningkatkan koping adaptif dilakukan dengan berbagai teknik. Pada hasil penelitian tahap kedua menunjukkan bahwa hasil deskriptif crosstab pada variabel koping dan *post traumatic stress disorder* pada remaja paling banyak mempunyai koping adaptif dengan PTSD severe sebanyak 44,2 % sedangkan pada koping yang maladaptif remaja paling banyak berada pada kategori partial PTSD sebanyak 30,4%. Intervensi keperawatan yang dikemas dalam berbagai program terbukti dapat meningkatkan mekanisme koping dan menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* secara signifikan **Kesimpulan :** analisis 25 jurnal hasil penelitian maka intervensi *cognitive behavior therapy* kami rekomendasikan untuk diterapkan oleh para perawat jiwa sebagai intervensi untuk meningkatkan mekanisme koping dan menurunkan gejala *post traumatic stress disorder*. pengembangan modul pada sesi empat diberikannya materi management stress diharapkan remaja mampu memilih cara untuk mencegah stress dengan memilih koping yang adaptif **Kata Kunci:** remaja, *cognitive behavior therapy, post traumatic stress disorder*

## ABSTRACT

**THE EFFECT OF *COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY* WITH THE  
STUART MODEL STRESS ADAPTATION APPROACH  
ON COOPERATION AND PTSD IN ADOLESCENTS  
POST EARTHQUAKE**

**By: Supia Ningsih Juita Sari**

**Introduction:** Post-earthquake traumatic experiences will be felt by every individual, especially in adolescents, the incident has an impact on psychological status, cognition, attention, social skills, personality, and self-esteem due to poor coping. Coping becomes a stabilizing factor that can help individuals maintain adaptation during some stressful events due to natural disasters. The effect of cognitive behavior therapy with a stress model adaption approaches coping and post traumatic stress disorder (PTSD) in post-earthquake adolescents. **Methods:** This research is a mix-method study, the first stage uses a systematic review and the second stage uses a descriptive approach. Searching through Scopus, Science direct, PubMed, Ebscho and Proquest was carried out using advanced searches with the keywords cognitive behavior therapy, coping disorders, PTSD and disaster. Search is limited to 2015-2020, full text, and must be in English. After a search, it found 329 articles on Scopus, 352 articles on science direct, 135 articles on PubMed, 215 articles on ebscho and 141 articles on Proquest. The research population in the second stage was high school students. The sample used was 217 students who were recruited by purposive sampling technique. The instruments used in this study were coping and PTSD instruments. The analysis to determine the level of coping and PTSD in students used the SPSS 21 application. **Results:** The results of a review of 25 research journals showed that cognitive behavior therapy was very significant in reducing PTSD symptoms by increasing adaptive coping with various techniques. The results of the second stage of research showed that the descriptive crosstab results on coping variables and post traumatic stress disorder in adolescents had the most adaptive coping with severe PTSD as much as 44.2%, while in maladaptive coping, the most adolescents were in the partial category of PTSD as much as 30.4. %. Nursing interventions that are packaged in various programs are proven to significantly improve coping mechanisms and reduce symptoms of post traumatic stress disorder. **Conclusion:** analysis of 25 research journals, we recommend that cognitive behavior therapy interventions be applied by mental nurses as an intervention to improve coping mechanisms and reduce symptoms post traumatic stress disorder. Development of a module in session four of giving stress management material is expected that adolescents will be able to choose ways to prevent stress by choosing adaptive coping.

**Keywords:** Adolescents, *cognitive behavior therapy*, *post traumatic stress disorder*