

**EFEKTIVITAS *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY* (ACT)
UNTUK MENURUNKAN STRES PENGASUHAN
PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DENGAN KANKER DARAH**

TESIS

**DIAJUKAN SEBAGAI PERSYARATAN MEMPEROLEH
GELAR MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
MAYORING PSIKOLOGI KLINIS**



DISUSUN OLEH:

NISRINA DWI PRAMARA PUTRI

111814153004

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

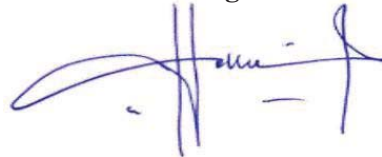
2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Tesis ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing untuk diujikan pada Ujian Tesis

Surabaya, 30 Juni 2022

Pembimbing Ketua

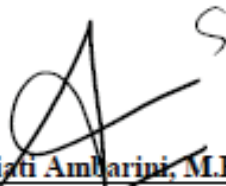


Prof. Dr. Nurul Hartini, M.Kes., Psikolog

NIP. 197104211997022001

Surabaya, 02 Juni 2022

Pembimbing Kedua



Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog

NIP. 198101312005012002

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
Pada hari Kamis, 30 Juni 2022
Dengan susunan Dewan Penguji sebagai berikut:

KETUA



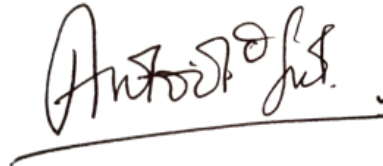
Endang R. Surjaningrum, M.AppPsych., Ph.D., Psikolog
NIP. 197102221998022001

SEKRETARIS



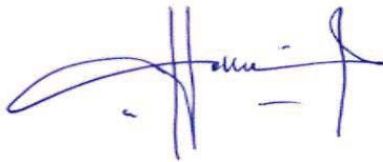
Dr. Ike Herdiana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197505222005012001

ANGGOTA



Dr. Triana Kesuma Dewi, M.Sc
NIP. 198301022006042001

PEMBIMBING KETUA



Prof. Dr. Nurul Hartini, M.Kes., Psikolog
NIP. 197104211997022001

PEMBIMBING KEDUA



Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog
NIP. 198101312005012002



LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga:
Nama : Nisrina Dwi Pramara Putri, S.Psi
NIM : 111814153004
Program Studi : Magister Psikologi Profesi
Jenis Karya : Tesis

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tesis yang berjudul "*Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy (ACT) untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Kanker Darah*" ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam Tesis yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam Tesis saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya, sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, Juni 2022
Yang Menyatakan,



Nisrina Dwi Pramara Putri., S.Psi
NIM. 111814153004

HALAMAN MOTTO

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan,
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”.*

Q.S Asy-Syarah (94): 5-6.

*“Jika seluruh rencanamu tidak terjadi seperti yang diharapkan,
tersenyum dan ingatlah bahwa Allah selalu memberikan yang hamba-Nya
butuhkan, bukan yang kamu inginkan”.*

(Nisrinadp)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, saya persembahkan karya tulis ini kepada:

Diri saya pribadi,

Terima kasih nis, sudah tetap bersama untuk terus berjuang menjalani proses perjalanan panjang dalam dunia mapro ini. Kamu hebat, Nis!

Bapak dan Mbu tersayang,

Terima kasih selalu memanjatkan doa yang terbaik,
memberikan keyakinan dan kepercayaan untuk diri ini.

Suamiku tersayang,

Terima kasih telah menjadi pasangan terbaik yang selalu memberikan dukungan kepada aku untuk terus tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Keluarga dan para sahabat ku tersayang,

Terima kasih atas ketulusan doa dan motivasinya.

Ibu-ibu hebat dan tangguh yang menjadi subjek penelitian,

Terima kasih sudah mengajarkan arti dari kasih sayang tiada batas,
sudah meluangkan waktu berbagi kisah hidup selama menjadi orang tua istimewa.

Anak-anak tangguh pejuang kanker,

Anak-anak pilihan yang mempunyai semangat, keberanian dan ketangguhan dalam menjalani kehidupan di dunia ini.

Sara Ahmad Hammad Matarner,

Bidadari kecil ku yang kini telah merasakan indahnya dunia keabadian.
Terima kasih sudah menjadi inspirasi aku untuk membuat sebuah karya tulis ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang Maha Pengasih dan Penyayang, karena atas limpahan rahmat, nikmat serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah dalam bentuk tesis ini dengan judul “Efektivitas *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Kanker Darah”. Tujuan dari penyusunan tesis ini adalah sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi Magister Psikologi Profesi Universitas Airlangga Surabaya. Laporan tesis ini terdiri dari beberapa bagian yang membahas tentang permasalahan yang menjadi latar belakang penelitian, kajian teori, proses berlangsungnya penelitian, hasil penelitian, hingga kesimpulan dan saran berdasarkan proses pelaksanaan penelitian.

Penulis menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan dalam penulisan laporan tesis ini. Oleh karena itu, penulis berharap adanya saran ataupun kritikan dari berbagai pihak yang dapat menyempurnakan tesis ini. Penulis berharap tesis ini dapat memberikan manfaat bagi para akademisi, praktisi, maupun masyarakat yang membaca karya ilmiah ini.

Jakarta, Juni 2022
Penulis

Nisrina Dwi Pramara Putri., S.Psi
NIM. 111814153004

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang Maha Pengasih dan Penyayang, karena atas limpahan rahmat, nikmat serta karunia yang diberikan-Nya dalam berbagai bentuk selama proses penulisan karya tulis ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Psikologi Profesi. Penulis menyadari bahwa selama proses penyelesaian tesis ini banyak mendapatkan kontribusi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis secara tulus ingin menyampaikan rasa terima kasih atas segala bimbingan, bantuan dan dukungan yang telah diberikan, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Terima kasih telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Magister Psikologi Profesi di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Dr. Nur Ainy Fardana Nawangsari, M.Si., Psikolog, selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Psikologi. Terima kasih telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Magister Psikologi Profesi di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
3. Dr. Ike Herdiana, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Airlangga periode 2021-2025 sekaligus sebagai sekretaris penguji dan dosen. Terima kasih ibu Ike untuk ilmu-ilmu bermanfaat yang telah ibu berikan untuk penulis, semangat serta motivasi untuk segera menyelesaikan kuliah ini dan saran-saran bermanfaat yang telah ibu berikan untuk menyempurnakan tesis saya ini.
4. Prof. Dr. Nurul Hartini, M.Kes., Psikolog, selaku dosen pembimbing ketua tesis, dosen, dan *profesional judgment* pada modul tesis ini. Terima kasih banyak ibu Nurul untuk ilmu-ilmu bermanfaat yang telah ibu berikan serta kesabaran, semua saran, semangat dan motivasi agar penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.

5. Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua tesis, dosen, dan *profesional judgment* pada modul tesis ini. Terima kasih ibu Rini atas ilmu-ilmu bermanfaat yang telah ibu berikan, saran masukan, dan dukungan agar penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
6. Endang R. Surjaningrum, M.AppPsych., Ph.D., Psikolog, selaku Ketua Penguji dan Dr. Triana Kesuma Dewi, M.Sc, selaku Anggota Penguji tesis saya. Terima kasih ibu Endang dan ibu Anna atas segala kritik dan saran yang sangat bermanfaat agar hasil penelitian tesis saya ini dapat menjadi optimal dan bermanfaat untuk ilmu perkembangan khususnya ilmu Psikologi.
7. Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog dan Arum Septi Mawarni, M.Psi., Psikolog, selaku *profesional judgment* pada modul tesis ini. Terima kasih ibu Ririn dan kak Arum sudah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis untuk menyempurnakan modul dalam tesis ini.
8. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Terima kasih atas segala ilmu, dukungan dan bimbingan sehingga penulis mendapatkan banyak ilmu berharga dan pengalaman baru selama menempuh pendidikan Magister Profesi Psikologi, Universitas Airlangga.
9. Seluruh Staf Kepegawaian Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Terima kasih karena selalu membantu dalam proses administrasi dan kebutuhan akademik baik selama proses perkuliahan berlangsung hingga saat penyelesaian laporan tesis ini.
10. Ibu DK, Ibu YP, dan Ibu FA, selaku partisipan dalam penelitian ini, sosok ibu-ibu hebat dan tangguh dalam menjalani segala proses kehidupan ini. Terima kasih telah bersedia meluangkan waktu, bekerjasama, berpartisipasi, dan berbagi pengalamannya dalam penelitian ini.
11. Bapak Nanang Pramara Soesatyo dan Mbu Cacih Suwarsih, selaku orang tua tercinta penulis, sosok yang paling berjasa dalam kehidupan penulis. Terima kasih bapak dan mbu yang senantiasa selalu menyebut nama penulis dalam setiap doa dan sujudnya, untuk kasih sayang, motivasi,

dorongan moril maupun materil yang tak ternilai untuk penulis agar terus selalu berjuang menuju kesuksesan dalam menyelesaikan perkuliahan dan kehidupan ini..

12. Muhammad Kharisma Gumilang, selaku suami ku tersayang. Terima kasih karena selalu berada di sisi penulis untuk memberikan perhatian, kasih sayang, dukungan selama proses perkuliahan dan keyakinan bahwa penulis dapat menyelesaikan perkuliahan ini.
13. Alm. Papa Fahrozi dan Mama Suryati, selaku orang tua kedua penulis. Terima kasih atas doa, dukungan dan kasih sayang kepada penulis.
14. Mba Gusty, Mas Dera, Tyo, Aa Gilang, Shasa dan Dayen, selaku kakak-kakak dan adik-adik tersayang penulis. Terima kasih selalu memberikan dukungan, keyakinan dan semangat yang diberikan selama proses perkuliahan ini.
15. Fellianti Muzdalifah, M.Psi., Psikolog, Dosen Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih ibu Felli yang selalu ada untuk penulis untuk memberikan saran, dukungan dan penguatan dari sebelum penulis masuk pendidikan Magister Profesi Psikologi, Universitas Airlangga hingga saat ini.
16. Annisa Nur Fadhillah, Maythalia Joni, Virginia Sukma Dewi, selaku sahabat seperjuangan selama penulis menjalani pendidikan Mapro, Unair. Terima kasih untuk segala suka, duka, tangis, canda, dan tawanya selama menjalani kehidupan Mapro ini. Teman-teman seperjuangan Mapronis 2018, terima kasih telah menjadi bagian keluarga penulis selama proses perkuliahan ini.
17. Terima kasih kepada semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang membantu, memberikan dukungan, kemudahan dan kelancaran hingga penelitian ini selesai.

Penulis menyadari bahwa hasil karya tulis ini masih jauh dari sempurna maka dengan kerendahan hati, penulis menerima seluruh saran dan kritik pengembangan agar tesis ini menjadi karya yang lebih baik. Semoga karya ini bermanfaat bagi semua pihak dan mampu menambah wawasan keilmuan kita.

Jakarta, Juni 2022
Penulis

Nisrina Dwi Pramara Putri., S.Psi
NIM. 111814153004

ABSTRAK

Nisrina Dwi Pramara Putri, 111814153004, Efektivitas *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Kanker Darah, *Tesis*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2022.

Ibu yang memiliki anak dengan kanker darah merupakan “pasien tersembunyi” yang memiliki berbagai permasalahan dalam aspek kehidupannya, baik dari aspek fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan yang dapat menimbulkan tekanan dan distress tersendiri, hingga dapat membuat ibu mengalami stres pengasuhan. Stres pengasuhan yang terus meningkat dapat berpotensi menghambat dalam proses mendampingi pengobatan dan memberikan pengasuhan yang baik kepada anaknya yang mengalami kanker darah. Pemberian *acceptance and commitment therapy* (ACT) dapat menjadi alternatif metode untuk membantu menurunkan stres pengasuhan yang dialami oleh individu melalui prinsip dasarnya yaitu penerimaan, kesadaran dan menggunakan nilai-nilai pribadi untuk menghadapi stresor yang dialami dalam jangka panjang.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas *acceptance and commitment therapy* (ACT) untuk menurunkan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan kanker darah. Penelitian ini menggunakan metode *single-subject design* yang melibatkan 3 (tiga) orang ibu yang memiliki anak dengan kanker darah yang memiliki skor stres pengasuhan sedang hingga tinggi. Analisis data menggunakan analisis visual, analisis inferensial dengan menggunakan uji beda *wilcoxon signed rank test* dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS 21 *for windows* dan uji efektivitas. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala *parenting stress index* (PSI) yang dibuat oleh Daulay, *et. al.* (2020) dengan reliabilitas ($\alpha = 0,846$). Intervensi *acceptance and commitment therapy* (ACT) terdiri dari 8 sesi yang dikembangkan dari modul Harris, R (2007; 2009; 2016).

Berdasarkan analisis utama yaitu analisis visual dan nilai efektivitas, dapat disimpulkan bahwa *acceptance and commitment therapy* (ACT) efektif untuk menurunkan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan kanker darah ($d = 0,72$). Namun demikian hasil analisis data uji beda melalui *wilcoxon signed rank test* menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres pengasuhan subjek penelitian sebelum dan setelah mendapatkan intervensi ($Z = -1.606_a$, $p = 0.109$). Oleh karena itu diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih banyak untuk mengkonfirmasi hasil penelitian ini.

Kata kunci: *acceptance and commitment therapy* (ACT), stres pengasuhan, kanker darah, ibu yang memiliki anak dengan kanker darah.

ABSTRACT

Nisrina Dwi Pramara Putri, 111814153004, The Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) to Reduce Parenting Stress in Mothers of Children with Blood Cancer, Thesis, Faculty of Psychology Universitas Airlangga, 2022.

Mothers who have children with blood cancer are "hidden patients" who have various problems in aspects of their lives, both from the physical, psychological, social and environmental aspects that can cause pressure and distress, which can make the mother experience parenting stress. Parenting stress that continues to increase can potentially hinder the process of accompanying treatment and providing good care for children with blood cancer. Acceptance and commitment therapy (ACT) can be an alternative method to help reduce parenting stress experienced by individuals through the basic principles of acceptance, awareness and using personal values to deal with stressors experienced in the long term.

This study aims to test the effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) to reduce parenting stress in mothers of children with blood cancer. This study uses a single-subject design method involving 3 (three) mothers of children with blood cancer who have moderate to high parenting stress scores. Data analysis using visual analysis, inferential analysis using the wilcoxon signed rank test difference using the IBM SPSS 21 application for windows and testing the effectiveness. The measuring instrument used in this study is the parenting stress index (PSI) scale made by Daulay, et al. (2020) with reliability ($\alpha = 0,846$). The acceptance and commitment therapy (ACT) intervention consisted of 8 sessions developed from the Harris, R (2007; 2009; 2016) module.

Based on the main analysis, namely visual analysis and effectiveness scores, it can be concluded that acceptance and commitment therapy (ACT) is effective in reducing parenting stress in mothers who have children with blood cancer ($d = 0.72$). However, the results of the analysis of the different test data through the Wilcoxon signed rank test showed that there was no significant difference between the parenting stress of the research subjects before and after receiving the intervention ($Z = -1.606a$, $p = 0.109$). Therefore, further research is needed with a larger number of samples to confirm the results of this study.

Keywords: acceptance and commitment therapy (ACT), stress care, blood cancer, mothers of children with blood cancer.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GRAFIK	xxi
DAFTAR GAMBAR.....	xxii
DAFTAR LAMPIRAN	xxiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	14
1.3 Signifikansi Penelitian	14
1.4 Tujuan Penelitian	17
1.5 Manfaat Penelitian	17
1.5.1 Manfaat Teoritis	18
1.5.2 Manfaat Praktis.....	18
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
2.1 Kanker Darah	20
2.1.1 Pengertian Kanker Darah	20
2.1.2 Jenis-Jenis Kanker Darah pada Anak.....	21
2.1.3 Gejala-gejala Kanker Darah pada Anak.....	22

2.1.4 Etiologi Kanker Darah pada Anak	24
2.2 Stres Pengasuhan.....	26
2.2.1 Pengertian Stres Pengasuhan.....	26
2.2.2 Aspek-aspek Stres Pengasuhan	27
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan	29
2.2.4 Stres Pengasuhan pada Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Kanker Darah	32
2.3 <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	34
2.3.1 Pengertian <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	34
2.3.2 Tujuan <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	36
2.3.3. Prinsip Dasar dalam Prosedur <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	38
2.4 <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i> untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Kanker Darah	41
2.5 Kerangka Berpikir.....	47
2.6 Hipotesis Penelitian.....	48
BAB III. METODE PENELITIAN	49
3.1 Tipe Penelitian	49
3.2 Desain Penelitian.....	50
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian.....	51
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	51
3.4.1 Stres Pengasuhan	51
3.4.2 <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	52
3.5 Subjek Penelitian.....	53
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	54
3.6.1 Dokumentasi	54
3.6.2 Skala <i>Parenting Stress Index (PSI)</i>	55
3.7 Modul Intervensi <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	59
3.8 Teknik Analisis Data.....	66
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	71

4.1 Persiapan Penelitian	71
4.1.1 Persiapan Teknis Penelitian.....	71
4.1.2 Kegiatan Pra-Intervensi Penelitian.....	72
4.2 Tempat Penelitian.....	73
4.2.1 Rumah Subjek 1	74
4.2.2 Rumah Subjek 2	74
4.2.3 Rumah Subjek 3.....	75
4.3 Waktu Penelitian	75
4.4 Gambaran Deskriptif Subjek Penelitian.....	76
4.4.1 Gambaran Umum Subjek 1	78
4.4.1.1 Identitas Subjek 1	78
4.4.1.2 Latar Belakang Subjek 1.....	78
4.4.1.3 Keluhan Subjek 1.....	83
4.4.1.4 Hasil <i>Prestest</i> Subjek 1.....	84
4.4.1.5 Kesimpulan Gambaran Umum Subjek 1	85
4.4.2 Gambaran Umum Subjek 2	85
4.4.2.1 Identitas Subjek 2	85
4.4.2.2 Latar Belakang Subjek 2.....	86
4.4.2.3 Keluhan Subjek 2.....	89
4.4.2.4 Hasil <i>Ptestest</i> Subjek 2	89
4.4.2.5 Kesimpulan Gambaran Umum Subjek 2	90
4.4.3 Gambaran Umum Subjek 3	91
4.4.3.1 Identitas Subjek 3	91
4.4.3.2 Latar Belakang Subjek 3.....	91
4.4.3.3 Keluhan Subjek 3.....	95
4.4.3.4 Hasil <i>Pretest</i> Subjek 3	95
4.4.3.5 Kesimpulan Gambaran Umum Subjek 3	96
4.5 Hasil Kegiatan Intervensi.....	97
4.5.1 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi I (Pembukaan Kegiatan Intervensi)	97
4.5.2 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi II (<i>Acceptance</i>).....	111

4.5.3 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi III (<i>Cognitive Defusion</i>).....	119
4.5.4 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi IV (<i>Being Present</i>).....	124
4.5.5 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi V (<i>Self as Context</i>).....	131
4.5.6 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi VI (<i>Values</i>).....	136
4.5.7 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi VII (<i>Committed Action</i>)	143
4.5.8 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi VIII (Evaluasi dan Terminasi)	153
4.6 Hasil Analisis Data Subjek Penelitian.....	160
4.6.1 Hasil Analisis Data Visual Subjek 1	160
4.6.2 Hasil Analisis Visual Data Subjek 2	170
4.6.3 Hasil Analisis Data Visual Subjek 3	181
4.6.4 Hasil Data Intervensi Seluruh Subjek	191
4.6.4.1 Rangkuman Hasil Pengamatan Kondisi Intervensi Seluruh Subjek	191
4.6.4.2 Rangkuman Hasil Deskripsi Intervensi Seluruh Subjek.....	193
4.6.5 Hasil Analisis Inferensial	199
4.6.6 Hasil Uji Efektivitas	201
4.7 Pembahasan.....	202
4.8 Keterbatasan Penelitian.....	212
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	215
5.1 Kesimpulan	215
5.2 Saran.....	216
5.2.1 Saran untuk Penelitian Selanjutnya.....	216
5.2.2 Saran untuk Subjek Penelitian	217
5.2.3 Saran untuk Keluarga.....	218
DAFTAR PUSTAKA	219
LAMPIRAN.....	229

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala <i>Parenting Stress Index</i> (PSI)	56
Tabel 3.2 Rumus Norma Kategorisasi	57
Tabel 3.3 Kategorisasi Skala <i>Parenting Stress Index</i> (PSI).....	57
Tabel 3.4 Kategorisasi Skor Aspek <i>The Parent Distress</i>	58
Tabel 3.5 Kategorisasi Skor Aspek <i>The Difficult Child</i>	58
Tabel 3.6 Kategorisasi Skor Aspek <i>The Parent Child Dysfunctional</i>	58
Tabel 3.7 Gambaran Umum Modul <i>Acceptance And Commitment Therapy</i> (ACT)	60
Tabel 3.8 Kritik dan Saran <i>Profesional Judgement</i> untuk	64
Tabel 3.9 Norma <i>Effect Size</i>	70
Tabel 4.1 Waktu Pelaksanaan Intervensi	76
Tabel 4.2 Gambaran Umum Identitas Subjek	77
Tabel 4.3 Identitas Subjek 1	78
Tabel 4.4 Hasil <i>Pretest</i> 1 Subjek 1	84
Tabel 4.5 Hasil <i>Pretest</i> 2 Subjek 1	84
Tabel 4.6 Identitas Subjek 2.....	85
Tabel 4.7 Hasil <i>Pretest</i> 1 Subjek 2.....	89
Tabel 4.8 Hasil <i>Pretest</i> 2 Subjek 2.....	90
Tabel 4.9 Identitas Subjek 3.....	91
Tabel 4.10 Hasil <i>Pretest</i> 1 Subjek 3	95
Tabel 4.11 Hasil <i>Pretest</i> 2 Subjek 3.....	96
Tabel 4.12 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi I (Pembukaan Kegiatan Intervensi) .	100
Tabel 4.13 Identifikasi Aspek Stres Pengasuhan Subjek Penelitian	107
Tabel 4.14 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi II (<i>Acceptance</i>)	113
Tabel 4.15 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi III (<i>Cognitive Defusion</i>)	120
Tabel 4.16 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi IV (<i>Being Present</i>).....	126
Tabel 4.17 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi V (<i>Self as Context</i>).....	132

Tabel 4.18 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi VI (<i>Values</i>)	138
Tabel 4.19 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi VII (<i>Committed Action</i>).....	145
Tabel 4.20 Hasil Lembar “Aksi Nyata Kehidupanku” Subjek 1	150
Tabel 4.21 Hasil Lembar “Aksi Nyata Kehidupanku” Subjek 2	151
Tabel 4.22 Hasil Lembar “Aksi Nyata Kehidupanku” Subjek 3	152
Tabel 4.23 Hasil Kegiatan Intervensi Sesi VIII (Evaluasi dan Terminasi).....	155
Tabel 4.24 Data Hasil Kondisi <i>Baseline</i> Subjek 1	160
Tabel 4.25 Data Hasil Kondisi Intervensi Subjek 1	161
Tabel 4.26 Hasil Panjang Kondisi Subjek 1.....	163
Tabel 4.27 Hasil Estimasi Kecenderungan Arah Subjek 1	164
Tabel 4.28 Hasil Perhitungan Kriteria Stabilitas Subjek 1 (<i>Baseline</i>).....	165
Tabel 4.29 Hasil Perhitungan Kriteria Stabilitas Subjek 1 (Intervensi).....	165
Tabel 4.30 Hasil Kecenderungan Stabilitas Subjek 1	165
Tabel 4.31 Hasil Estimasi Perubahan Stabilitas Level Subjek 1	166
Tabel 4.32 Hasil Perubahan Stabilitas Level Subjek 1	166
Tabel 4.33 Hasil Analisis Dalam Kondisi Subjek 1	166
Tabel 4.34 Jumlah Variabel yang Diubah.....	167
Tabel 4.35 Hasil Perubahan Kecenderungan dan Efeknya Subjek 1	167
Tabel 4.36 Hasil Perubahan Stabilitas Subjek 1	168
Tabel 4.37 Hasil Perubahan Level Subjek 1	168
Tabel 4.38 Hasil Analisis Antar Kondisi Subjek 1	170
Tabel 4.39 Data Hasil Kondisi <i>Baseline</i> Subjek 2	170
Tabel 4.40 Data Hasil Kondisi Intervensi Subjek 2	171
Tabel 4.41 Hasil Panjang Kondisi Subjek 2.....	173
Tabel 4.42 Hasil Estimasi Kecenderungan Arah Subjek 2	174
Tabel 4.43 Hasil Perhitungan Kriteria Stabilitas Subjek 2 (<i>Baseline</i>).....	175
Tabel 4.44 Hasil Perhitungan Kriteria Stabilitas Subjek 2 (Intervensi).....	175
Tabel 4.45 Hasil Kecenderungan Stabilitas Subjek 2	175

Tabel 4.46 Hasil Estimasi Perubahan Stabilitas Level Subjek 2	176
Tabel 4.47 Hasil Perubahan Stabilitas Level Subjek 2	176
Tabel 4.48 Hasil Analisis Dalam Kondisi Subjek 2.....	177
Tabel 4.49 Jumlah Variabel yang Diubah.....	178
Tabel 4.50 Hasil Perubahan Kecenderungan dan Efeknya Subjek 2	178
Tabel 4.51 Hasil Perubahan Stabilitas Subjek 2	178
Tabel 4.52 Hasil Perubahan Level Subjek 2	179
Tabel 4.53 Hasil Analisis Antar Kondisi Subjek 2	180
Tabel 4.54 Data Hasil Kondisi <i>Baseline</i> Subjek 3	181
Tabel 4.55 Data Hasil Kondisi Intervensi Subjek 3	182
Tabel 4.56 Hasil Panjang Kondisi Subjek 3.....	183
Tabel 4.57 Hasil Estimasi Kecenderungan Arah Subjek 3	184
Tabel 4.58 Hasil Perhitungan Kriteria Stabilitas Subjek 3 (<i>Baseline</i>).....	185
Tabel 4.59 Hasil Perhitungan Kriteria Stabilitas Subjek 3 (Intervensi).....	185
Tabel 4.60 Hasil Kecenderungan Stabilitas Subjek 3	186
Tabel 4.61 Hasil Estimasi Perubahan Stabilitas Level Subjek 3	186
Tabel 4.62 Hasil Perubahan Stabilitas Level Subjek 3	186
Tabel 4.63 Hasil Analisis Dalam Kondisi Subjek 3.....	187
Tabel 4.64 Jumlah Variabel yang Diubah.....	188
Tabel 4.65 Hasil Perubahan Kecenderungan dan Efeknya Subjek 3	188
Tabel 4.66 Hasil Perubahan Stabilitas Subjek 3	188
Tabel 4.67 Hasil Perubahan Level Subjek 3	189
Tabel 4.68 Hasil Analisis Antar Kondisi Subjek 3	190
Tabel 4.69 Hasil Perubahan <i>Pre-test</i> , <i>Post-test</i> dan Aspek dari Stres Pengasuhan Setiap Subjek.....	194
Tabel 4.70 Hasil Uji Beda.....	199
Tabel 4.71 Hasil Deskriptif Statistik <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Skala Stres Pengasuhan.....	200
Tabel 4.72 Hasil Deskriptif Statistik <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> per Aspek.....	200

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Hasil Grafik Kondisi <i>Baseline</i> Subjek 1	161
Grafik 4.2 Hasil Grafik Kondisi Intervensi Subjek 1.....	162
Grafik 4.3 Hasil Estimasi Kecenderungan Arah Subjek 1	164
Grafik 4.4 Hasil Data Overlap Kondisi Intervensi.....	169
Grafik 4.5 Perbandingan <i>Mean Level</i> Subjek 1	170
Grafik 4.6 Hasil Grafik Kondisi <i>Baseline</i> Subjek 2	171
Grafik 4.7 Hasil Grafik Kondisi Intervensi Subjek 2.....	172
Grafik 4.8 Hasil Estimasi Kecenderungan Arah Subjek 2	174
Grafik 4.9 Hasil Data Overlap Kondisi Intervensi.....	179
Grafik 4.10 Perbandingan <i>Mean Level</i> Subjek 2	180
Grafik 4.11 Hasil Grafik Kondisi <i>Baseline</i> Subjek 3	181
Grafik 4.12 Hasil Grafik Kondisi Intervensi Subjek 3.....	182
Grafik 4.13 Hasil Estimasi Kecenderungan Arah Subjek 3	184
Grafik 4.14 Hasil Data Overlap Kondisi Intervensi.....	190
Grafik 4.15 Perbandingan <i>Mean Level</i> Subjek 3	191
Grafik 4.16 Hasil Pengamatan Kondisi Intervensi Seluruh Subjek	192

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	47
Gambar 3.1 Rumus <i>Effect Size</i>	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat-surat dan Administrasi Tesis.....	229
Lampiran 1.1 Surat Permohonan Alat Ukur Stres Pengasuhan	230
Lampiran 1.2 Form Bimbingan Tesis	230
Lampiran 1.3 Form Bimbingan Tesis Pembimbing Kedua	232
Lampiran 2. Surat Pernyataan <i>Professional Judgment</i>	233
Lampiran 3. Modul Intervensi <i>Acceptance and Commitment Therapy</i> (ACT)...	238
Lampiran 4. Buku Harian <i>Acceptance and Commitment Therapy</i> (ACT).....	380
Lampiran 5. Lembar <i>Informed Consent</i>	430
Lampiran 6. Skala Stres Pengasuhan/ <i>Parenting Stres Index</i> (PSI).....	436
Lampiran 7. Berkas Pemeriksaan Subjek 01	444
Lampiran 7.1 Lembar <i>Informed Consent</i> Subjek 01	445
Lampiran 7.2 Lembar Observasi dan Wawancara Subjek 01	446
Lampiran 7.3 Buku Harian Subjek 01.....	464
Lampiran 8. Berkas Pemeriksaan Subjek 02.....	479
Lampiran 8.1 Lembar <i>Informed Consent</i> Subjek 02	480
Lampiran 8.2 Lembar Observasi dan Wawancara Subjek 02	481
Lampiran 8.3 Buku Harian Subjek 02.....	498
Lampiran 9. Berkas Pemeriksaan Subjek 03.....	513
Lampiran 9.1 Lembar <i>Informed Consent</i> Subjek 03	514
Lampiran 9.2 Lembar Observasi dan Wawancara Subjek 03	515
Lampiran 9.3 Buku Harian Subjek 03.....	533
Lampiran 10. Rekapitan Hasil <i>Raw Score</i> Skala Stres Pengasuhan.....	547
Lampiran 11. Hasil Perhitungan Data SPSS (Uji Statistik/Uji Referensial).....	551