

DAFTAR TABEL

Tabel

Tabel 1	Tabel Rancangan Eksperimen Penelitian.....	28
Tabel 2	Rancangan Pelatihan Managemen Stres	32
Tabel 3	<i>Blue Print</i> PANAS	32
Tabel 4	<i>Blue Print</i> SWLS.....	33
Tabel 5	Distribusi Aitem Skala Stres setelah Uji Coba	39
Tabel 6	Distribusi Aitem Skala Kepuasan Hidup setelah Uji Coba .	40
Tabel 7	Distribusi Aitem Skala Afek Positif dan Afek Negatif setelah Uji Coba	40
Tabel 8	Pelaksanaan Pelatihan Manajemen Stres	41
Tabel 9	Standar Penilaian Modul Intervensi yang Diberikan kepada Peserta Uji Coba.....	45
Tabel 10	Hasil Penilaian Uji Coba Modul	46
Tabel 11	Kategorisasi Tingkat Stres responden pada Proses Skrining.....	47
Tabel 12	Kategorisasi Tingkat Kepuasan Hidup responden pada Proses Skrining	47
Tabel 13	Kategorisasi Tingkat Afek Positif dan Negatif responden pada Proses Skrining	47
Tabel 14	Deskripsi Responden Penelitian Kelompok Eksperimen.....	56
Tabel 15	Deskripsi Responden Penelitian Kelompok Kontrol	56
Tabel 16	Deskripsi Data Penelitian Skor Kepuasan Hidup Kelompok Eksperimen.....	57
Tabel 17	Deskripsi Data Penelitian Skor Afek Positif dan Afek Negatif Kelompok Eksperimen.....	57
Tabel 18	Deskripsi Data Penelitian Skor Stres Kelompok	

	Eksperimen.....	58
Tabel 19	Deskripsi Data Penelitian Skor Kepuasan Hidup Kelompok Kontrol	59
Tabel 20	Deskripsi Data Penelitian Skor Afek Positif dan Afek Negatif Kelompok Kontrol	59
Tabel 21	Deskripsi Data Penelitian Skor Stres Kelompok Kontrol....	60
Tabel 22	Deskripsi Data Statistik Kepuasan Hidup Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	60
Tabel 23	Deskripsi Data Statistik Afek Positif dan Negatif Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	61
Tabel 24	Deskripsi Data Statistik Stres Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	62
Tabel 25	Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk Test</i>	64
Tabel 26	Uji Homogenitas	65
Tabel 27	Uji Skor Kepuasan Hidup pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	65
Tabel 28	Uji Beda Skor Afek Positif dan Afek Negatif pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	66
Tabel 29	Uji Beda Skor Stres pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Kelompok Kontrol.....	67
Tabel 30	Hasil Observasi Responden.....	78

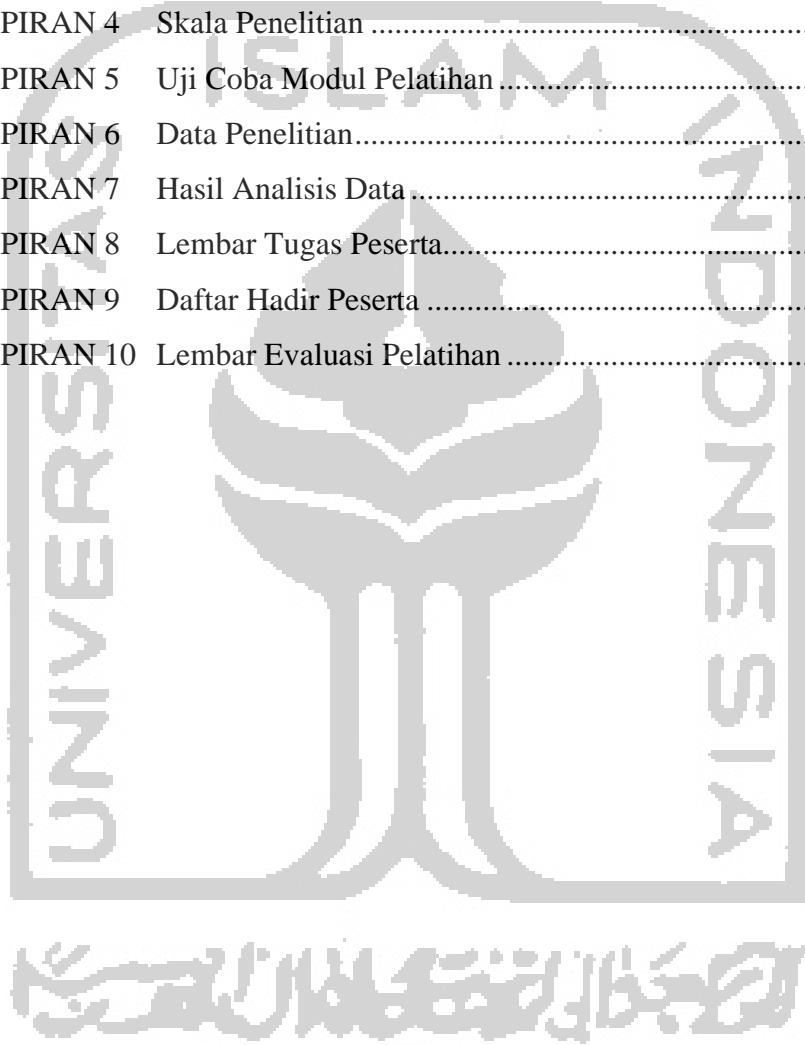
DAFTAR GAMBAR

Diagram

Diagram 1 Perbandingan Rerata Skor Kepuasan Hidup antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	60
Diagram 2 Perbandingan Rerata Skor Kepuasan Hidup anantara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	62
Diagram 3 Perbandingan Rerata Skor Stres anantara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	63
Diagram 4 Perubahan Skor Kesejahteraan Subjektif dan Stres Sebelum Pelatihan, Setelah Pelatihan, dan Tindak Lanjut Responden HW	71
Diagram 5 Perubahan Skor Kesejahteraan Subjektif dan Stres Sebelum Pelatihan, Setelah Pelatihan, dan Tindak Lanjut Responden JM	73
Diagram 6 Perubahan Skor Kesejahteraan Subjektif dan Stres Sebelum Pelatihan, Setelah Pelatihan, dan Tindak Lanjut Responden MS	75
Diagram 7 Perubahan Skor Kesejahteraan Subjektif dan Stres Sebelum Pelatihan, Setelah Pelatihan, dan Tindak Lanjut Responden AT	77
Diagram 8 Perubahan Skor Kesejahteraan Subjektif dan Stres Sebelum Pelatihan, Setelah Pelatihan, dan Tindak Lanjut Responden sS	78

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1	Modul Pelatihan.....	53
LAMPIRAN 2	<i>Professional Judgement</i>	65
LAMPIRAN 3	<i>Informed Consent</i>	68
LAMPIRAN 4	Skala Penelitian	71
LAMPIRAN 5	Uji Coba Modul Pelatihan	87
LAMPIRAN 6	Data Penelitian.....	97
LAMPIRAN 7	Hasil Analisis Data	101
LAMPIRAN 8	Lembar Tugas Peserta.....	106
LAMPIRAN 9	Daftar Hadir Peserta	109
LAMPIRAN 10	Lembar Evaluasi Pelatihan	112



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
INTISARI	xvii
BAB I. PENGANTAR	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis	8
D. Keaslian Penelitian.....	9
1. Keaslian Topik	9
2. Keaslian Teori.....	10
3. Keaslian Alat Ukur	11
4. Keaslian Subjek Penelitian	11
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kesejahteraan Subjektif	13
1. Kesejahteraan Subjektif	13
2. Aspek-aspek Kesejahteraan Subjektif.....	14
3. Faktor-faktor Kesejahteraan Subjektif.....	15

B. Hipertensi.....	16
1. Definisi Hipertensi.....	16
2. Jenis-jenis Hipertensi.....	17
C. Manajemen Stres.....	17
1. Pengertian Manajemen Stres.....	17
2. Tahapan Pelatihan Managemen Stres.....	18
D. Pengaruh Pelatihan Manajemen Stres terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Pasien Hipertensi.....	21
E. Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
1. Kesejahteraan Subjektif.....	27
2. Pelatihan Manajemen Stres.....	27
C. Desain Penelitian.....	28
D. Subjek Penelitian.....	29
E. Prosedur Penelitian.....	30
1. Persiapan Penelitian.....	30
2. Alat dan Materi.....	31
3. Pelaksaan Perlakuan.....	32
F. Metode Pengumpulan Data.....	34
1. Observasi.....	34
2. Wawancara.....	34
3. PANAS <i>Scale</i>	34
4. SWLS <i>Scale</i>	35
G. Validitas dan Reliabilitias.....	35
1. Validitas Reliabilitas PANAS.....	36
2. Validitas Reliabilitas SWLS.....	36
H. Analisis Data.....	36

BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan	37
1. Orientasi Kanchah.....	37
2. Persiapan Penelitian	38
a. Persiapan Administrasi	38
b. Persiapan Alat Ukur.....	38
1) Skala Stres.....	39
2) Skala Kepuasan Hidup.....	39
3) Skala Afek Positif dan Afek Negatif.....	40
c. Persiapan Modul Penelitian	40
d. Seleksi Fasilitator dan Co-Fasilitator.....	44
B. Pelaksanaan Penelitian.....	44
1. Pelaksanaan Sebelum Pelatihan	44
2. Pelaksanaan Pelatihan.....	48
a. Pertemuan Pertama	48
b. Pertemuan Kedua.....	51
3. Pelaksanaan Setelah Pelatihan	54
4. Pelaksanaan Tindak Lanjut.....	54
5. Pelaksanaan terhadap Kelompok Kontrol.....	55
C. Hasil Penelitian	56
1. Deskripsi Responden Penelitian	56
2. Analisis Kuantitatif	57
a. Deskripsi Data Penelitian.....	57
b. Uji Normalitas.....	63
c. Uji Homogentias	64
d. Uji Hipotesis	65
1) Uji Beda Skor Kepuasan Hidup pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	65
2) Uji Beda Skor Afek Positif dan Afek Negatif pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	66

3) Uji Uji Beda Skor Stres pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol	67
3. Analisis Kualitatif	68
a. Responden 1 (HW)	68
b. Responden 2 (JM)	69
c. Responden 3 (MS)	71
d. Responden 4 (AT)	72
e. Responden 5 (SS)	73
4. Hasil Observasi	75
D. Pembahasan.....	75
E. Evaluasi.....	83
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	89
B. Saran	89
1. Penelitian Selanjutnya.....	89
2. Responden Penelitian.....	90
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN.....	96

