

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dibidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 05 Juni 2024

Peneliti



Aslurita

NIM: 201520153

ABSTRAK

Nama: Aslurita, NIM: 201520153, Judul Skripsi: “**Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Menulis Ekspresif untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang**”, Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 2024 M/1446 H.

Keadaan stres menjadi salah satu masalah yang terjadi di rumah tahanan. Hal ini diketahui warga binaan cenderung merasa jenuh, bosan, selalu dihantui rasa bersalah, putus asa, menyesal, khawatir yang berlebihan dan perasaan negatif lainnya. Para warga binaan wanita tidak dapat menyalurkan kekhawatiran dan berbagai macam bentuk stres yang dialaminya. Mereka merasa sukar untuk mengungkapkan kepada teman karena merasa malu, tidak terbiasa bercerita, serta menganggap bahwa satu sama lain merasakan hal yang sama yaitu stres.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: 1) Bagaimana kondisi tingkat stres warga binaan wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang sebelum dan sesudah diberikan *treatment* layanan konseling kelompok dengan teknik menulis ekspresif? 2) Bagaimana tahapan layanan konseling kelompok dengan teknik menulis ekspresif? 3) Apakah konseling kelompok dengan teknik menulis ekspresif efektif untuk menurunkan tingkat stres warga binaan wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang?.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis *pre-eksperimental design* dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu warga binaan wanita dengan jumlah keseluruhan yaitu sebanyak 26 orang, sedangkan sampelnya berjumlah 7 orang warga binaan wanita yang mengalami stres berat, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner skala stres. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif dan pengujian hipotesis menggunakan *wilcoxon* dengan bantuan IBM SPSS versi 26,0.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor dari rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* pada tingkat stres warga binaan wanita, skor *pretest* sebelum diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik menulis ekspresif yaitu 514 dan nilai rata-rata 73,43 dalam kategori berat. Setelah melakukan *treatment* skor dan nilai rata-ratanya masuk dalam kategori ringan dengan jumlah skor *posttest* 394 dan nilai rata-rata 56,14. Berdasarkan hasil uji hipotesis *wilcoxon* dengan menggunakan bantuan program SPSS 26.0, diperoleh nilai Asymp.Sig. (2-tailed) tingkat stres yaitu sebesar 0.018 dimana nilai signifikansi lebih kecil dari tingkat probabilitas yaitu 0.05 ($0.018 < 0.05$), yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka hal tersebut dapat diartikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik menulis ekspresif efektif untuk menurunkan tingkat stres pada warga binaan wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang.

Kata kunci: Konseling Kelompok, Teknik Menulis Ekspresif, Stres

ABSTRACT

Name: Aslurita, NIM: 201520153, Thesis Title: "**The Effectiveness of Group Counseling Services with Expressive Writing Techniques to Reduce Stress Levels in Female Prisoners of Class II B Serang State Detention Center**", Islamic Guidance Counseling Study Program, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University Banten in 2024 M/1446 H. Stress is one of the problems that occur in detention centers.

The state of stress is one of the problems that occur in detention centers. It is known that prisoners tend to feel bored, bored, always haunted by guilt, despair, regret, excessive worry and other negative feelings. The female residents are unable to channel their concerns and various forms of stress they experience. They find it difficult to express to their friends because they feel embarrassed, unaccustomed to storytelling, and believe that each other experiences the same thing, which is stress.

Based on the background of the problem, the problem formulations in this study are: 1) What is the condition of the stress level of female prisoners of Class II B Serang State Detention Center before and after being given the treatment of group counseling services with expressive writing techniques? 2) How are the stages of group counseling services with expressive writing techniques? 3) Is group counseling with expressive writing techniques effective for reducing the stress level of female prisoners of Class II B Serang State Detention Center?

This study uses a quantitative method of pre-experimental design with a one group pretest-posttest design. The population in this study were female prisoners with a total of 26 people, while the sample amounted to 7 female prisoners who experienced severe stress, with sampling using purposive sampling technique. The data collection technique used is a stress scale questionnaire. Data analysis techniques in this study using descriptive statistical analysis and hypothesis testing using wilcoxon with the help of IBM SPSS version 26.0.

The results of the study can be concluded that there is a difference in scores from the average pretest and posttest results on the stress level of female prisoners, the pretest score before being given group counseling treatment with expressive writing techniques is 514 and an average value of 73.43 in the heavy category. After treatment the score and average value fall into the mild category with a posttest score of 394 and an average value of 56.14. Based on the results of the wilcoxon hypothesis test using the help of the SPSS 26.0 program, the Asymp.Sig value was obtained. (2-tailed) stress level is 0.018 where the significance value is smaller than the probability level of 0.05 ($0.018 < 0.05$), which means that H_0 is rejected and H_a is accepted. So it can be interpreted that group counseling services with expressive writing techniques are effective for reducing stress levels in female prisoners of the Serang Class II B State Detention Center.

Keywords: Group Counseling, Expressive Writing Technique, Stres



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp	:	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
	a.n Aslurita	Di-
	NIM: 201520153	Serang

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan melakukan revisi, kami telah menelaah skripsi dengan judul **"Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Menulis Ekspresif Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang"** yang disusun oleh Aslurita dengan NIM: 201520153. Berdasarkan hasil telaah, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat untuk diajukan sebagai salah satu syarat kelengkapan dalam mengikuti ujian munaqosah di Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Serang, 05 Juni 2024

Pembimbing I

Pembimbing II

Hilda Rosida, S.S., M.Pd
NIP. 19831121 201101 2 011

Monalisa, S.Pd., M.Pd
NIDN. 2009109002

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK MENULIS EKSPRESIF UNTUK MENURUNKAN
TINGKAT STRES WARGA BINAAN WANITA RUMAH TAHANAN
NEGARA KELAS II B SERANG

Oleh:

Aslurita
201520153

Menyetujui,

Pembimbing I



Hilda Rosida, S.S., M.Pd
NIP. 19831121 201101 2 011

Pembimbing II



Monalisa, S.Pd., M.Pd
NIDN. 2009109002

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A
NIP. 19720626 19903 1 002

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A
NIP. 19700620 199903 1 004

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi a.n Aslurita, NIM: 201520153, Judul Skripsi “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Menulis Ekspresif Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang”. Telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 05 Juni 2024. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah, Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.


Serang, 05 Juni 2024

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota

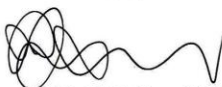

Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP. 19900420 201903 2 018

Sekretaris Merangkap Anggota



Khairil Anam, M.Si.
NIDN. 2023039401

Anggota,


Penguji I


Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum.
NIP. 19760704 200003 1 002


Penguji II


Drs. Muzayan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001

Pembimbing I


Hilda Rosida, S.S., M.Pd.
NIP. 19831121 201101 2 011

Pembimbing II


Monalisa, M.Pd.
NIDN. 2009109002

PERSEMBAHAN

Atas segala rahmat dan karunia-Mu wahai Rabb-Ku yang maha pengasih lagi maha penyayang. Rasa syukur ini selalu ku panjatkan kepada-Mu, Allah SWT yang Maha kuasa atas segala kehendaknya. Shalawat bertangkaikan salam senantiasa tercurah limpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan sahabatnya.

Kupersembahkan skripsi ini untuk kedua orangtuaku tersayang, terkasih, sumber kekuatanku, panutanku sepanjang masa, permata hatiku yang sangat kucinta, Bapak Saluri dan Ibu Halimah yang tanpa lelah disetiap waktu dan sujudnya selalu memanjatkan do'a yang sangat luar biasa dengan penuh kasih sayang untuk peneliti, selalu memberikan semangat dan motivasi dalam menghadapi cobaan, serta akan selalu menjadi penyemangatku dalam segala hal. Orangtuaku adalah orang hebat yang selalu mengusahakan dengan sepuh hati untuk melihat peneliti menyelesaikan perkuliahan dan mendapatkan gelar S.Sos.

Kakak- kakakku Kak Mahyu, Kak Agus Jumhan, Teh Neneng Sumyati yang selalu memberikan do'a dan dukungan kepada peneliti. Kakak-kakak iparku Teh Evi, Teh Sofi, Kak Wawi, serta keponakan-keponakanku Naura, jihan, Azizah, Zulfikar, Nadif, dan Mila yang senantiasa selalu memberikan kebahagiaan serta kehangatan kepada peneliti ketika sedang merasa jenuh dalam mengerjakan skripsi ini. Do'a, dukungan dan peluk hangat mereka lah yang membuat peneliti kuat dan bertahan untuk menyelesaikan skripsi ini. Semuanya terasa mudah karena do'a dari orangtua dan seluruh keluargaku.

Terima kasih selalu ku panjatkan kepada-Mu Ya Rabb karena telah menghadirkan orang-orang hebat dan tulus dalam hidupku.

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Dan janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

(Q.S Ali ‘Imron: 139)

RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama Aslurita, lahir di Serang 05 Agustus 2002. Saat ini peneliti tinggal di Kampung Cirunten Girang, Desa Bandulu, Kecamatan Anyar, Kabupaten Serang-Banten. Peneliti merupakan anak ke-empat dari pasangan Bapak Saluri dan Ibu Halimah.

Pendidikan formal yang ditempuh oleh peneliti adalah SDN Cirunten lulus pada tahun 2014, kemudian melanjutkan pendidikan menengah pertama di MTs Negeri 4 Serang lulus pada tahun 2017, dan melanjutkan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 1 Anyer lulus pada tahun 2020. Pada tahun 2020 juga peneliti diterima di Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Selama menjadi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Peneliti aktif di organisasi internal yaitu HMJ BKI selama 2 periode sebagai anggota HMJ bidang Internal tahun 2021, bendahara HMJ bidang internal tahun 2022, dan pengurus Himpunan Mahasiswa Bidikmisi selama 2 periode sebagai pengurus HMBM bidang pemberdayaan perempuan tahun 2021, bendahara umum HMBM tahun 2022.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup peneliti selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan Rahmat serta Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir perkuliahan yaitu penelitian skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Shalawat dan salam selalu terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya.

Peneliti bersyukur dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan tepat waktu. Peneliti melakukan penelitian skripsi dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Menulis Ekspresif untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang”.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini terdapat banyak kekurangan, namun peneliti berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi peneliti maupun orang lain. Tentu saja skripsi ini dapat terselesaikan karena ada bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, peneliti mengucapkan terima kasih dengan segala penghormatan terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd, Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada peneliti dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A., dan Ibu Imalatul Khairat, M.Pd., selaku Ketua dan Sekretaris Program Studi Bimbingan

Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, beserta jajarannya.

4. Ibu Hilda Rosida, S.S., M.Pd., dan Ibu Monalisa, M.Pd., selaku dosen pembimbing I dan Pembimbing II yang selalu bersedia meluangkan waktu, pikiran, dan tenaganya untuk membimbing, mengarahkan, dan menyemangati peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Tri Windi Oktara, S.Pd., M.Psi., yang telah berkenan menjadi *expert judgment* dalam penyusunan instrumen penelitian.
6. Bapak dan Ibu dosen yang telah memotivasi dan membekali ilmu pengetahuan kepada peneliti selama menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
7. Bapak dan Ibu pengurus perpustakaan umum, staf akademik Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah membantu dalam pelayanan administrasi selama perkuliahan dan sumber bacaan dalam rangka menyelesaikan tugas akhir skripsi.
8. Kedua orangtuaku terkasih tersayang Ayahanda Saluri dan Ibunda Halimah yang selalu ada mengiringi disetiap langkah peneliti, serta senantiasa selalu memberikan dukungan dan do'a tanpa henti untuk peneliti.
9. Seluruh keluarga besar alm. H. Arsudin dan alm. Abdul Qodir yang selalu memberikan semangat dan do'a dalam penyelesaian skripsi.
10. Bapak Prayoga Yulanda, A.Md.I.P., S.H., M.H., selaku Kepala Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian skripsi.
11. Seluruh petugas Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang, terutama Bapak Toyib, Bapak Abdullah, Bapak Ridho dan Ibu Siti yang telah

- membantu mengarahkan peneliti saat penelitian, dan memberikan dukungan penuh untuk peneliti.
12. Para tahanan pendamping yang selalu membantu dan mendampingi dalam proses penelitian.
 13. Seluruh warga binaan pemasyarakatan wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang, yang selalu memberikan semangat dan mendo'akan peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
 14. Teman-temanku BKI D angkatan 2020, terima kasih sudah hadir dalam masa perkuliahan dari awal hingga akhir.
 15. Terima kasih juga kepada sahabatku Siska Ilhami yang senantiasa memberikan semangat dan do'anya kepada peneliti.
 16. Sahabat perjuangan dalam menyusun skripsi ini yaitu Fatimatuzzahroh yang selalu membantu, mengingatkan, serta memberikan motivasi peneliti dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih juga kepada Mila Amelia yang senantiasa membantu dan menyalurkan energi positif untuk peneliti dalam mengerjakan skripsi ini.
 17. Sahabat perjuangan beasiswa Ripan, Firma, dan Wiwin yang telah memberikan pundak untuk tempat berkeluh kesah, memberikan semangat, serta selalu membantu peneliti dalam segala hal. Terima kasih sudah menjadi sahabat yang selalu ada dalam perjalanan kuliahku.
 18. Terima kasih teruntuk sahabat curhatku, Resti, Leni, Ida, Assyifa, Hilda, dan Fahda yang telah menemani dalam perjalanan masa kuliah dari awal sampai saat ini, canda tawa kalian yang membangkitkan semangat saat peneliti sedang merasa jenuh. 3U Dinda dan Irma terima kasih juga selalu ada untuk menghibur disaat peneliti merasa jenuh dan lelah. Terimakasih juga kepada teman kostku Mila,

Syabani, dan Lia yang selalu ada untuk bertukar pikiran, berkeluh kesah dan selalu memberikan kehangatan kepada peneliti.

19. Teruntuk kakak tingkatku, Teh Anisa Widiani, Kak Najat, Teh Ipah terima kasih atas bantuan, bimbingan, motivasi dan do'a yang selalu diberikan kepada peneliti.
20. Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan mendoakan peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatunya tetapi tetap tidak mengurangi rasa hormat peneliti.
21. Terakhir, peneliti ucapkan terima kasih kepada diri sendiri yaitu Aslurita. Karena telah bertanggungjawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Mampu berusaha dan berjuang keras sampai sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan di luar keadaan dan terus semangat. Sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan skripsi ini, mampu menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, serta senantiasa menikmati setiap proses yang bisa dibilang tidak mudah. Ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. Terima kasih sudah bertahan.

Peneliti berharap semoga dengan adanya sepenggal karya ilmiah tentang layanan konseling kelompok dengan teknik menulis ekspresif untuk menurunkan tingkat stres pada warga binaan wanita bermanfaat bagi peneliti, pembaca, dan berbagai kalangan. Adapun kesalahan dan keliruan yang terdapat dalam penelitian skripsi, sesungguhnya mutlak dari peneliti. Namun, segala kebenaran yang ada dalam skripsi sepenuhnya hanya dari Allah SWT.

Serang, 05 Juni 2024

Peneliti

Aslurita

NIM: 201520153

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT.....	iii
NOTA DINAS.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR BAGAN	xvii
DAFTAR GRAFIK.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	16
C. Batasan dan Rumusan Masalah.....	16
D. Tujuan Penelitian	17
E. Manfaat Penelitian.....	18
F. Definisi Operasional	19
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	20
A. Paparan Teoritis	20
1. Stres.....	20
2. Layanan Konseling Kelompok.....	27

3. Teknik Menulis Ekspresif.....	39
B. Kerangka Berpikir.....	46
C. Konseling Kelompok dengan Teknik Menulis Ekspresif untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Warga Binaan Wanita	47
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	49
E. Hipotesis.....	52
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Jenis Penelitian.....	53
B. Variabel Penelitian	54
1. Variabel bebas (<i>independent</i>).....	54
2. Variabel Terikat (<i>dependent</i>)	54
C. Populasi dan Sampel Penelitian	55
1. Populasi penelitian	55
2. Sampel Penelitian.....	55
D. Instrumen Penelitian.....	56
1. Uji Validitas	60
2. Uji Reliabilitas.....	64
E. Prosedur Penelitian.....	65
1. Tahap Persiapan	65
2. Pelaksanaan Penelitian.....	66
3. Tahap Penyusunan Hasil Penelitian	67
F. Teknik Pengumpulan Data	67
G. Teknik Analisis Data	68
1. Uji Normalitas	70
2. Uji Hipotesis.....	71
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	72
A. Hasil Penelitian.....	72
1. Deskripsi data.....	72
2. Uji Analisis Data	93
B. Pembahasan.....	97

1. Kondisi Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Kelas II B Serang Sebelum dan Sesudah Diberikan <i>Treatment</i> Konseling Kelompok dengan Teknik Menulis Ekspresif ..	97
2. Perbedaan Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas II B Serang Sebelum dan Sesudah diberikan <i>Treatment</i> Konseling Kelompok dengan Teknik Menulis Ekspresif.....	103
BAB V PENUTUP.....	108
A. Kesimpulan.....	108
B. Saran.....	109
DAFTAR PUSTAKA.....	111
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Populasi Penelitian.....	55
Tabel 3. 2	Skor Alternatif Jawaban Skala Stres.....	58
Tabel 3. 3	Kisi-Kisi Skala Stres Menurut Kozier Sebelum Try Out ...	58
Tabel 3. 4	Hasil Uji Validitas	60
Tabel 3. 5	Kisi-Kisi Skala Stres Setelah Try Out	63
Tabel 3. 6	Hasil Uji Coba Reliabilitas	65
Tabel 3. 7	Rumus Kategori	69
Tabel 3. 8	Kategori Skala Tingkat Stres	70
Tabel 4. 1	Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Kelas IIB Serang	73
Tabel 4. 2	Hasil Pretest Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Kelas IIB Serang	74
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Hasil Pretest Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Serang.....	75
Tabel 4. 4	Hasil Posttest Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Kelas IIB Serang	90
Tabel 4. 5	Distribusi Frekuensi Hasil Posttest Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Serang	91
Tabel 4. 6	Analisis Deskriptif Tingkat Stres.....	91
Tabel 4. 7	Hasil Pretest dan Posttest Tingkat Stres Warga Binaan Wanita.....	92
Tabel 4. 8	Hasil Uji Normalitas	93
Tabel 4. 9	Hasil Uji Wilcoxon	94
Tabel 4. 10	Test Statistics ^a	95

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 One group pretest-posttest design	54
---	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir	47
-----------------------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Tingkat Setres Warga Binaan Wanita.....	93
--	----