

EFEKTIVITAS PELATIHAN *NARIMA ING PANDUM* UNTUK  
MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA  
PENYINTAS GEMPA BUMI DI MAMUJU  
SULAWESI BARAT

TESIS

Disusun dan Diajukan untuk memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mencapai Derajat Magister Profesi Psikologi  
Bidang Kekhususan Psikologi Klinis



Diajukan Oleh :  
Ika Puji Rahayu  
T100205017

PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2021

**LEMBAR PERSETUJUAN**

TESIS

EFEKTIVITAS PELATIHAN *NARIMA ING PANDUM* UNTUK  
MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PENYINTAS GEMPA  
BUMI DI  
MAMUJU SULAWESI BARAT

Diajukan Oleh :

Ika Puji Rahayu

T100205017

Telah disetujui untuk diajukan pada seminar proposal penelitian

Dosen Pembimbing



Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psikolog

Surakarta 10 Juni 2021

**LEMBAR PERSETUJUAN**

TESIS

EFEKTIVITAS PELATIHAN *NARIMA ING PANDUM* UNTUK  
MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PENYINTAS GEMPA  
BUMI DI  
MAMUJU SULAWESI BARAT

Diajukan Oleh :

Ika Puji Rahayu

T100205017

Telah disetujui untuk diajukan pada seminar hasil penelitian

Dosen Pembimbing



Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psikolog

Surakarta 8 Januari 2022

**HALAMAN PENGESAHAN**

**EFEKTIVITAS PELATIHAN *NARIMA ING PANDUM* UNTUK MENINGKATKAN  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA PENYINTAS GEMPA BUMI DI MAMUJU  
SULAWESI BARAT**

Diajukan oleh:

**Ika Puii Rahayu**

**T100205017**

Telah diertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada hari Rabu 19 Oktober 2022  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

**Penguji I**

**Tanggal**

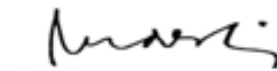


27 Agustus 2023

Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog

**Penguji II**

**Tanggal**



7 Desember 2023

Dr. Usmi Karyani, M.Si., Psikolog

**Penguji III**

**Tanggal**



28 Desember 2023

Prof. Dr. Muhammad Janar, M.Si., Kons

Surakarta, Kamis, 28 Desember 2023  
Program Klinis Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi,**



**Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D.**

**NIK/NIDN: 799/0629037401**

**Ketua Program Magister Psikologi**



**Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog**

**NIK.NIDN: 540 /625075901**

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Ika Puji Rahayu dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Tesis ini adalah hasil karya sendiri belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, di dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Surakarta, 28 Desember

2023

Yang Menyatakan



**Ika Puji Rahayu**  
**T100205017**

## MOTTO

*“Barang siapa memberi pertolongan dengan pertolongan yang baik, niscaya dia akan memperoleh bagian dari (pahala)nya. Dan barang siapa memberi pertolongan yang buruk, niscaya dia akan memikul bagian dari (dosa)nya. Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu”*

**(QS. An-Nisa’ 4:85)**

*“Barangsiapa yang mengerjakan kebaikan sekecil apapun, niscaya dia akan melihat (balasannya)”*

**(QS. Al- Zalzalah :7)**

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu lah engkau berharap”*

**(Q.S Al Insyirah : 5-8)**

“

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini saya persembahkan kepada semua pihak yang telah membantu selama menjalani proses ini. Terutama kepada Bpk Sujarwo dan Ibu Asriani yang senantiasa mengiringi untaian do'a dan support yang penuh dengan ajaran kesederhanaan dan Lillahitaala. Adik-adik penulis yang tidak pernah lelah menyemangati dengan terus memberi motivasi dan mendoakan penulis agar tidak mengenal lelah untuk menggapai cita-cita.

Dosen pembimbing saya ibu Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan ikhlas. Bu nanik telah memberikan banyak ilmu yang sangat bermanfaat dan berguna untuk sekarang ini dan masa yang akan datang. Terima kasih ibu, berkat bimbingan ibu saya bisa menyelesaikan tesisi ini.

Kepada teman-teman yang selalu sabar mendengarkan keluh kesah penulis dan memberikan energi positif yang sangat berpengaruh terhadap berjalannya proses ini.

Untuk semua orang yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan rasa semangat yang tak pernah berhenti. Terima kasih untuk kalian yang selalu hadir dan ikhlas menemani penulis dalam menyelesaikan tesisi ini.

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Wr. Wb,*

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan Rahmat, Taufik dan Hidayah-Nya yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Pelatihan Narimo Ing Pandum untuk Meningkatkan *Psychological Well-Being* pada Penyintas Gempa Bumi di Mamuju Sulawesi Barat”. Sholawat serta salam selalu tucurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW.

Tesis ini merupakan tugas akhir untuk memenuhi persyaratan dalam rangka mencapai gelar Magister pada program S-2 (Strata-2) Magister Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan tesis ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak baik secara materiil maupun moril.

Oleh karena itu, penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan kemudahan dalam perijinan penelitian.
2. Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog selaku Ketua Program Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Surakarta sekaligus dosen pembimbing tesis yang sudah seperti orang tua pengganti di kampus yang selalu meluangkan waktu, mengerti setiap kesulitan mahasiswa, memberikan arahan, motivasi dan perhatian dengan penuh kesabaran sehingga tesis ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Dr. Usmi Karyani, M.Si., Psikolog dan Bpk Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons, selaku penguji terima kasih banyak atas waktu yang telah beliau luangkan serta bimbingan dan masukan selama penulis menyelesaikan tesis.
4. Bapak dan Ibu dosen selaku tenaga pengajar di Fakultas Psikologi Program Magister Psikologi Profesi Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang bermanfaat kepada penulis.



5. Ibu dan Mba Staff Program Magister Psikologi Profesi Muhammadiyah Surakarta, terima kasih banyak atas bantuan dan kerja sama dengan memberikan kemudahan dalam proses administrasi.
6. Kepada Bapak Sujarwo dan Ibu Asriani yang selalu mendoakan, menyemangati dan memberikan motivasi serta wejangan yang menenangkan hati.
7. Kepada adik-adik saya yang tercinta, Dwi, Titis dan ara makasih karena selalu menghibur dan memberikan semangat tiada henti dan mas udin yang selalu menjadi pendengar setia yang baik bagi penulis dan selalu menemani hingga menghibur penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
8. Buat diri sendiri ika puji rahayu, terima kasih sudah mau berjuang hingga akhir penyelesaian tesis yang tidak mudah ini. Terima kasih sudah mau berusaha, pantang menyerah dan melawan semua rasa takut ini.
9. Kepada Bpk Muhammad Taupik Akbar selaku Lurah Kelurahan Binanga Kabupaten Mamuju Sulawesi Barat, terima kasih atas bantuan dan kemudahan kepada peneliti saat proses perizinan dan administrasi.
10. Kepada Kepala sekolah SDN 1 Mamuju terima kasih banyak atas kemudahan dan fasilitas yang diberikan saat proses pelatihan
11. Kepada Bpk Andi Budhy Rakhmat, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku fasilitator dalam proses pelatihan kepada peserta penelitian, terima kasih atas waktu dan pembelajaran selama proses pelatihan.
12. Kepada seluruh peserta yang terlibat dalam proses pelatihan baik kelompok eksperimen maupun control, terima kasih atas waktu dan partisipasinya dalam proses penelitian ini.
13. Kepada warga dan kepala lingkungan Kelurahan Binanga Kabupaten Mamuju Sulawesi Barat, yang berbaik hati dan telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu menyebarkan dan mengisi skala peneliti.
14. Sahabat penelitianku yang siap sedia membantu dalam segala hal hingga menghibur tanpa mengenal kata lelah yaitu, Fikri, Feslika, Fida, Dodi dan Itsna terima kasih kalian luar biasa yang tiada henti memberikan support dalam penyelesaian tesis ini.

15. Seluruh peneliti-peneliti sebelumnya yang memberikan kemudahan bagi penulis dalam mengakses teori-teori yang membantu dalam penulisan tesis ini dan semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan dan semangat kepada peneliti yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih sangat jauh dari kesempurnaan untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran dari berbagai pihak guna untuk menyempurnakan tesis ini. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya bidang klinis.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb**

Surakarta, 28 Desember  
2023

Penulis

**Ika Puji Rahayu**  
**T100205017**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
PENDAHULUAN.....	1
Latar Belakang.....	1
TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN.....	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
<i>Psychological Well-Being</i> .....	8
<i>Narimo Ing Pandum</i> .....	10
Pelatihan <i>Narimo Ing Pandum</i> .....	11
Kerangka Konseptual .....	14
METODE PENELITIAN.....	20
Identifikasi Penelitian.....	20
Definisi Operasional Variabel .....	20
Rancangan eksperimen.....	21
Subjek Penelitian .....	21
Prosedur Pengumpulan Data .....	22
Metode dan Alat Pengumpulan Data .....	22
Skala .....	22

Analisis Data .....	24
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25
Prosedur Pemilihan Subjek.....	25
Pelaksanaan Eksperimen .....	27
Pelaksanaan Pengukuran .....	36
Hasil Analisis Data .....	38
Analisis data kuantitatif .....	38
Analisis data kualitatif .....	39
Pembahasan .....	45
KETERBATASAN PENELITIAN .....	50
Hasil evaluasi pelatihan .....	50
KESIMPULAN DAN SARAN.....	53
KESIMPULAN.....	53
SARAN.....	53
DAFTAR PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN.....	58

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Program pelatihan NIP	14
Gambar 2 Kerangka konseptual	19
Gambar 3 Rancangan eksperimen (Kerlinger, 1986)	21
Gambar 4 Rerata skor PWB pada kedua kelompok	37

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Blue print hasil uji coba skala .....	23
Tabel 2. Uraian surat perizinan .....	25
Tabel 3 Rumus kategorisasi skor .....	26
Tabel 4 Persentase hasil screening .....	26
Tabel 5 Data demografi kelompok eksperimen .....	26
Tabel 6 Data demografi kelompok control .....	27
Tabel 7. Hasil pretest, posttest, dan follow up kelompok eksperimen.....	37
Tabel 8 Hasil pretest dan posttest kelompok kontrol .....	37
<i>Tabel 9. Hasil Nonparametrik Wilcoxon Signed Ranks Test kelompok Eksperimen</i> .....	38
<i>Tabel 10 Hasil Nonparametrik Wilcoxon Signed Ranks Test kelompok Eksperimen</i> .....	38
Tabel 11 Hasil Nonparametrik Mann-Whitney Test pada kelompok eksperimen dan kontrol .....	39
Tabel 12. Hasil evaluasi peserta pelatihan .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Alat Ukur .....	59
Lampiran 2. Hasil Profesional Judgment Alat Ukur .....	67
Lampiran 3. Data Try Out .....	69
Lampiran 4. Hasil Uji Daya Beda Iatem dan Reliabilitas .....	80
Lampiran 5. Data Screening .....	82
Lampiran 6. Data Penelitian.....	90
Lampiran 7. Hasil Analisis kelompok eksperimen .....	93
Lampiran 8. Hasil Analisis post-tes 2 kelompok .....	95
Lampiran 9. Blue print skala Psychological well-being .....	96
Lampiran 10. Rater expert judgment skala PWB.....	96
Lampiran 11. Rater expert judgment modul NIP .....	96
Lampiran 12. Blue print skala PWB setelah expert judgment .....	97
Lampiran 13. Rincian subjek tryout .....	97
Lampiran 14. Rincian subjek screening .....	97
Lampiran 15. Hasil uji coba modul NIP .....	98
Lampiran 16 Pelaksanaan Ekperimen .....	99
Lampiran 17. Ethical clerance.....	101
Lampiran 18. Surat perizinan.....	102
Lampiran 19. Dokumentasi Foto Pelatihan.....	107

## ABSTRAK

Bencana alam termasuk gempa bumi meninggalkan dampak psikologis bagi masyarakat yang selamat. Kehilangan anggota keluarga, kehilangan harta benda dalam waktu yang singkat menyebabkan individu menjadi *shok*, stress, cemas hingga depresi. Penyintas gempa yang merespon situasi dengan emosi negatif menunjukkan dengan emosi pemisimis, tidak mempunyai harapan atau putus asa, gampang sakit dan kehilangan fungsi psikologis positif serta cenderung sulit melakukan *recovery*. Pada penelitian ini akan menggunakan pelatihan yang berbasis budaya jawa namun diterapkan pada budaya yang berbeda dari penelitian sebelumnya yakni di budaya suka mandar. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pelatihan *narima ing pandum* (NIP) pada penyintas gempa bumi di Mamuju Sulawesi Barat. Subjek penelitian adalah penyintas gempa bumi yang memiliki tingkat *psychological well-being* sedang, yang berjumlah 8 orang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *pre-post control group*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *the Ryff scales of psychological well-being* dengan reliabilitas  $\alpha=0,890$ . Pelatihan NIP dilakukan 3 kali pertemuan selama tiga hari berturut-turut. Pada pertemuan pertama 145 menit, pertemuan kedua 195 menit dan hari ketiga 120 menit. Analisis data menggunakan uji *non parametrik Wilcoxon Signed Ranks Test* dan uji *Nonparametrik Mann-Whitney Test* dengan nilai  $sig=,034$  ( $p>0,05$ ). Hasil uji hipotesis yaitu pelatihan NIP mempengaruhi peningkatan *psychological well-being* penyintas gempa bumi di Mamuju Sulawesi Barat. Sehingga pelatihan ini bisa menjadi alternatif untuk meningkatkan *psychological well-being* pada budaya yang berbeda. Analisis data dengan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 24.0 for Windows Program.

*Kata kunci : PWB, Nrimo ing pandum*