

**PENGARUH TERAPI DESENSITISASI SISTEMATIK  
TERHADAP TINGKAT PEREDAAN PENGALAMAN  
TRAUMATIK PASCA PERANG**  
(Studi Eksperimen pada Mahasiswa Timor Timur di Surabaya)

**SKRIPSI**

042-A/04  
COS  
P



Disusun Oleh :

**ANA PAULA OLIVEIRA DA COSTA**  
**NIM : 119510101**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA  
2004**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ini telah disetujui oleh  
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



Dra. Veronika Suprapti, M. S. Ed  
NIP. 131 453129

**PENGARUH TERAPI DESENSITISASI SISTEMATIK  
TERHADAP TINGKAT PEREDAAN PENGALAMAN  
TRAUMATIK PASCA PERANG**

**( Studi Eksperimen pada Mahasiswa Timor Timur di  
Surabaya)**

Ana Paula Oliveira Da Costa

NIM: 119510101

**ABSTRAKSI**

*Penelitian ini mengungkap pengaruh terapi desensitisasi sistematis terhadap tingkat peredaan pengalaman traumatik pasca perang pada mahasiswa Timor Timur di Surabaya. Penelitian ini menggunakan eksperimen-quasi. Para ahli psikologi memandang bahwa pengalaman traumatik harus dapat diturunkan intensitasnya. Dan terdapat beberapa pendekatan dalam meredakan trauma tersebut. Salah satunya dengan psikoterapi yakni terapi desensitisasi sistematis.*

*Hipotesis penelitian ini adalah pengaruh yang signifikan terapi desensitisasi sistematis terhadap tingkat peredaan pengalaman traumatik pasca perang pada mahasiswa Timor Timur di Surabaya. Pengujian hipotesis tersebut menggunakan tes statistik nonparametrik, two independent samples dan two related samples.SPSS (Statistical Product and Service Solutions) for Windows Versi. 11.0.*

*Subyek penelitian ini adalah mahasiswa Timor-Timur yang sedang menjalani kuliah di Surabaya.. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala peredaran pengalaman traumatik. Sedangkan perlakuan yang diberikan pada kelompok eksperimen adalah terapi desensitisasi sistematis. Terapi ini terdiri dari tiga tahapan. Pertama, relaksasi. Kedua, konstruksi hirarki. Ketiga, desensitisasi stimulus.*

*Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan terapi desensitisasi sistematis terhadap tingkat peredaan pengalaman traumatik pasca perang pada mahasiswa Timor Timur di Surabaya dengan  $p < 0,05$ .*