

# PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING* TERHADAP KECEMASAN SOSIAL PADA DEWASA AWAL DENGAN HIV

*Yashinta Amanda Purnamasari*

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan *expressive writing* terhadap kecemasan sosial pada dewasa awal dengan HIV. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh dari penggunaan *expressive writing* terhadap penurunan kecemasan sosial pada dewasa awal dengan HIV. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pretest-posttest control group design*. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 14 individu dewasa awal dengan HIV yang berada di LSM Victory Plus Yogyakarta dengan tingkat kecemasan sosial sedang dan tinggi. Penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal dengan rentang usi 20-40 tahun. Subjek dibagi ke dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data diperoleh dengan menggunakan skala kecemasan sosial. Analisis data dilakukan dengan *independent sample t-test*. Hasil analisis data menunjukkan adanya penurunan kecemasan sosial pada kelompok eksperimen ( $p: 0,005$ ;  $d: -4,42$ ). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *expressive writing* tidak berpengaruh dalam menurunkan kecemasan sosial pada individu dewasa awal dengan HIV.

Kata kunci: *expressive writing*, kecemasan sosial, dewasa awal dengan HIV

# THE EFFECT OF EXPRESSIVE WRITING ON SOCIAL ANXIETY IN EARLY ADULTS WITH HIV

*Yashinta Amanda Purnamasari*

## ABSTRACT

*This study aimed to determine whether there is an influence of the use of expressive writing on social anxiety in early adults with HIV. The hypothesis in this study was that there is an influence of the use of expressive writing to reduce social anxiety in early adults with HIV. This study used a pretest-posttest control group design research design. Subjects in this study were 14 early adult individuals with HIV who were in NGO Victory Plus Yogyakarta with moderate and high levels of social anxiety. This study used early adult subjects ranging in age from 20-40 years. Subjects were divided into two groups: the experimental group and the control group. Data obtained using social anxiety scale. Data analysis was performed by independent sample t-test. The results of data analysis showed a decrease in social anxiety in the experimental group ( $p: 0.005$ ;  $d: -4.42$ ). Through the results of this study, it could be concluded that the expressive writing has no effect to reduce social anxiety in early adults with HIV.*

*Keywords: expressive writing, social anxiety, early adulthood with HIV*