

**PERANCANGAN MODUL TERAPI KELOMPOK  
TERAPEUTIK (TKT) UNTUK MENINGKATKAN  
PENGENDALIAN EMOSI PADA REMAJA AWAL  
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

AURA LUNA SETYANTORO

NIM. P17230231023



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR  
2026**

**PERANCANGAN MODUL TERAPI KELOMPOK  
TERAPEUTIK (TKT) UNTUK MENINGKATKAN  
PENGENDALIAN EMOSI PADA REMAJA AWAL  
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan  
menyelesaikan Pendidikan Ahli Madya di Program Studi D-3  
Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan  
Kemenkes Malang

AURA LUNA SETYANTORO

NIM. P17230231023



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR**

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Karya Tulis Ilmiah

“Perancangan Modul Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi Pada Remaja Awal Di Sekolah Menengah Pertama”

Disusun oleh:

Aura Luna Setyantoro

P17230231023

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

27 April 2026

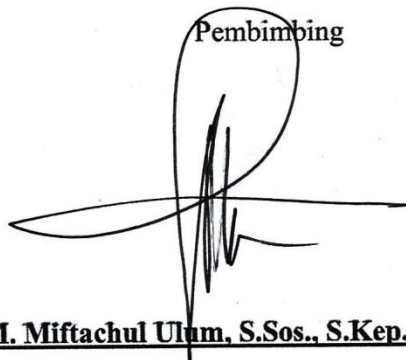
Ketua Program Studi



**Wiwin Martiningsih, S.Kep., Ns., M.Kep., PhD.NS.**

NIP. 197109221996032001

Pembimbing



**M. Miftachul Ulum, S.Sos., S.Kep., Ns., M.Kep**

NIP.196803121988031001

## HALAMAN PENGESAHAN

### KARYA TULIS ILMIAH

“Perancangan Modul Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi Pada Remaja Awal Di Sekolah Menengah Pertama”

Disusun oleh :

Aura Luna Setyantoro (P17230231023)

Telah dipertahankan dalam Seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal :

30 April 2026

#### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Kissa Bahari., S. Kep., Ns., M. Kep., PhD.NS

NIP. 197301101997031003

(.....)

Anggota,

M.Miftachul Ulum., S. Sos., S. Kep., Ns. M.Kep

NIP. 196803121988031001

(.....)

Malang, 30 April 2026

Ketua Jurusan Keperawatan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep.,

NIP. 19760810 200212 2 001

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

**Karya Tulis Ilmiah adalah hasil karya Saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.**

**Nama : Aura Luna Setyantoro**

**NIM : P17230231023**

**Tanda Tangan :**

**Tanggal : 30 April 2026**

## **HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Jika bukan karena allah yang memampukan. Aku mungkin sudah lama menyerah”

### **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur, Karya Tulis Ilmiah ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. Terimakasih karena selalu mengusahakan anak pertamanya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya meskipun mereka tidak sampai merasakan bangku perkuliahan.
2. Bapak/Ibu dosen pembimbing, terimakasih atas kesabaran, bimbingan, serta ilmu yang sangat berharga dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Teman-teman seperjuangan, terimakasih atas dukungan, kebersamaan, dan selalu memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Terimakasih karena kalian sudah membuat Kota Blitar menjadi menyenangkan.
4. Terakhir diri saya sendiri, Aura Luna Setyantoro. Terimakasih sudah bertahan hingga sekarang. Mari bekerjasama untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

PERANCANGAN MODUL TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK (TKT)  
UNTUK MENINGKATKAN PENGENDALIAN EMOSI PADA REMAJA  
AWAL DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Aura Luna Setyantoro

Program Studi D3 Keperawatan Blitar Poltekkes Kemenkes Malang,

Jl. Dr. Soetomo No.56 Bendogerit, Kec. Sanananwetan, Kota Blitar

Email : [auraluna1111@gmail.com](mailto:auraluna1111@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masa remaja ditandai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang memicu emosi negatif. Studi awal di SMP juga menemukan siswa kesulitan mengendalikan emosi. Terapi kelompok terapeutik (TKT) efektif sebagai intervensi, namun belum tersedia modul khusus pengendalian emosi, sehingga perlu dikembangkan sebagai panduan di sekolah. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan merancang modul Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) untuk meningkatkan pengendalian emosi pada remaja awal di sekolah menengah pertama. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode Research and Development dengan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). **Hasil Penelitian:** Pengembangan produk berupa modul terapi kelompok terapeutik untuk mengendalikan emosi dengan empat sesi utama. Hasil penilaian oleh praktisi memperoleh nilai rata-rata 88% dengan kategori “Sangat Layak” dan uji coba lapangan 84% dengan kategori “Sangat layak”. **Kesimpulan:** Pengembangan modul terapi kelompok terapeutik dilatarbelakangi kebutuhan remaja dalam mengelola emosi. Modul dirancang melalui tahap desain dan pengembangan sebagai media intervensi. Hasil penilaian oleh praktisi menunjukkan nilai 88% dan uji coba 84% dengan kategori sangat layak. Modul mendapat respon positif dari remaja dan dinilai mampu membantu meningkatkan pemahaman serta pengendalian emosi secara adaptif.

**Kata Kunci:** Terapi Kelompok Terapeutik, Pengendalian Emosi, Remaja Awal, Modul, Research and Development Model ADDIE

*DESIGN OF THE THERAPEUTIC GROUP THERAPY (TKT) MODULE TO IMPROVE  
EMOTIONAL CONTROL IN EARLY ADOLESCENTS IN JUNIOR HIGH  
SCHOOL*

*Aura Luna Setyantoro*

*D3 Nursing Study Program Blitar Poltekkes Ministry of Health Malang,  
Jl. Dr. Soetomo No. 56 Bendogerit, Sananwetan District, Blitar City*

*Email : [auraluna1111@gmail.com](mailto:auraluna1111@gmail.com)*

**ABSTRACT**

**Background:** Adolescence is characterized by physical, emotional, and social changes that trigger negative emotions. Initial studies in junior high schools also found that students have difficulty controlling their emotions. Therapeutic group therapy (TKT) is effective as an intervention, but a specific module for emotional control is not yet available, so it needs to be developed as a school-based guide. **Research Objective:** This study aims to design a Therapeutic Group Therapy (TKT) module to improve emotional control in early adolescents in junior high schools. **Research Method:** This study used a Research and Development method with the ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) model. **Research Results:** The product was developed in the form of a therapeutic group therapy module for emotional control with four main sessions. Expert validation results obtained an average score of 85%, categorized as "Very Feasible," and field trials obtained an average score of 84%, categorized as "Very Feasible". **Conclusion:** The development of the therapeutic group therapy module was motivated by adolescents' need to manage their emotions. The module was designed through design and development stages as an intervention medium. Expert validation results showed a score of 85%, and field trials showed a score of 84%, categorized as very feasible. The module received a positive response from adolescents and was deemed effective in helping improve understanding and adaptive emotional control.

**Keywords:** Therapeutic Group Therapy, Emotional Control, Early Adolescence, Module, Research and Development of the ADDIE Model

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul “Perancangan Modul Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi Pada Remaja Awal Di Sekolah Menengah Pertama”. Penulisan karya ini merupakan salah satu syarat untuk memenuhi tugas akhir pendidikan Poltekkes Kemenkes Malang.

Dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih banyak yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Afnani Toyibah, A.Per.Pen., M.Pd., Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
2. Ibu Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep., Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
3. Ibu Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD.NS, Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
4. M.Miftachul Ulum., S.Sos.,S.Kep., Ns. M.Kep Dosen Pembimbing yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Kissa Bahari., S.Kep.,Ns., M.Kep., PhD.NS Dosen Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Keluarga serta orang-orang terdekat yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungannya sehingga penulis dapat menyusun laporan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini di masa mendatang, semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat dan menjadi tambahan pengetahuan bagi semua pihak.

## **DAFTAR ISI**

|                                                      |             |
|------------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN SAMPUL.....</b>                           | <b>ii</b>   |
| <b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>                  | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>                       | <b>iv</b>   |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>          | <b>v</b>    |
| <b>HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>            | <b>vi</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                 | <b>vii</b>  |
| <b><i>ABSTRACT</i> .....</b>                         | <b>viii</b> |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                           | <b>ix</b>   |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>                       | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang .....                              | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                             | 3           |
| C. Tujuan Penelitian.....                            | 3           |
| 1. Tujuan Umum .....                                 | 3           |
| 2. Tujuan Khusus.....                                | 3           |
| D. Manfaat Penelitian .....                          | 4           |
| 1. Manfaat Teoritis .....                            | 4           |
| 2. Manfaat Praktis .....                             | 4           |
| <b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                   | <b>5</b>    |
| A. Konsep Remaja Awal .....                          | 5           |
| 1. Pengertian Remaja .....                           | 5           |
| 2. Ciri-Ciri Remaja Awal.....                        | 5           |
| B. Konsep Emosi dan Pengendalian Emosi.....          | 6           |
| 1. Pengertian Emosi .....                            | 6           |
| 2. Jenis Emosi .....                                 | 6           |
| 3. Pengendalian Emosi .....                          | 6           |
| 4. Teknik Mengendalikan Emosi.....                   | 7           |
| C. Konsep Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) .....     | 10          |
| 1. Pengertian Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) ..... | 10          |
| 2. Tujuan Terapi Kelompok Terapeutik.....            | 11          |
| D. Pengembangan Modul Keperawatan.....               | 12          |

|                                      |            |
|--------------------------------------|------------|
| 1. Pengertian Modul .....            | 12         |
| 2. Tujuan Pengembangan Modul .....   | 12         |
| 3. Model Pengembangan .....          | 13         |
| E. Kerangka Konseptual .....         | 14         |
| <b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b> | <b>15</b>  |
| A. Desain Penelitian .....           | 15         |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian ..... | 15         |
| C. Partisipan Penelitian .....       | 16         |
| D. Prosedur Penelitian .....         | 16         |
| E. Alur Penelitian .....             | 18         |
| F. Fokus Studi .....                 | 19         |
| G. Definisi Operasional .....        | 19         |
| H. Alat Pengumpulan Data .....       | 20         |
| I. Metode Pengumpulan Data .....     | 20         |
| J. Analisis Data .....               | 21         |
| K. Etika Riset .....                 | 22         |
| <b>BAB IV .....</b>                  | <b>24</b>  |
| A. Hasil Penelitian .....            | 24         |
| B. Pembahasan .....                  | 38         |
| C. Keterbatasan penelitian .....     | 44         |
| <b>BAB V .....</b>                   | <b>46</b>  |
| A. Kesimpulan .....                  | 46         |
| B. Saran .....                       | 47         |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>          | <b>49</b>  |
| <b>BIODATA .....</b>                 | <b>118</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Skor Penilaian .....                                 | 22 |
| Tabel 4.2 Deskripsi Umum Partisipan .....                      | 24 |
| Tabel 4.3 Matriks Analisis Kebutuhan Produk .....              | 26 |
| Tabel 4.4 Ceklist Penilaian Praktisi 1 .....                   | 29 |
| Tabel 4.5 Ceklist Penilaian Praktisi 2 .....                   | 31 |
| Tabel 4.6 Revisi.....                                          | 34 |
| Tabel 4.7 Hasil Evaluasi Uji Coba Kelompok (5 Partisipan)..... | 36 |
| Tabel 4.8 Hasil Evaluasi Uji Coba (5 Partisipan) .....         | 37 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                           |     |
|-----------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1 Informed Consent .....                         | 52  |
| Lampiran 2 Lembar Wawancara Praktisi .....                | 53  |
| Lampiran 3 Lembar Wawancara Siswa.....                    | 57  |
| Lampiran 4 Lembar Evaluasi .....                          | 58  |
| Lampiran 5 Lembar Penilaian Praktisi.....                 | 59  |
| Lampiran 6 Halaman Pernyataan Perseetujuan Publikasi..... | 63  |
| Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian .....         | 64  |
| Lampiran 8 Hasil Penelitian.....                          | 68  |
| Lampiran 9 Produk Akhir .....                             | 89  |
| Lampiran 10 Dokumentasi.....                              | 117 |
| Lampiran 11 Biodata.....                                  | 118 |